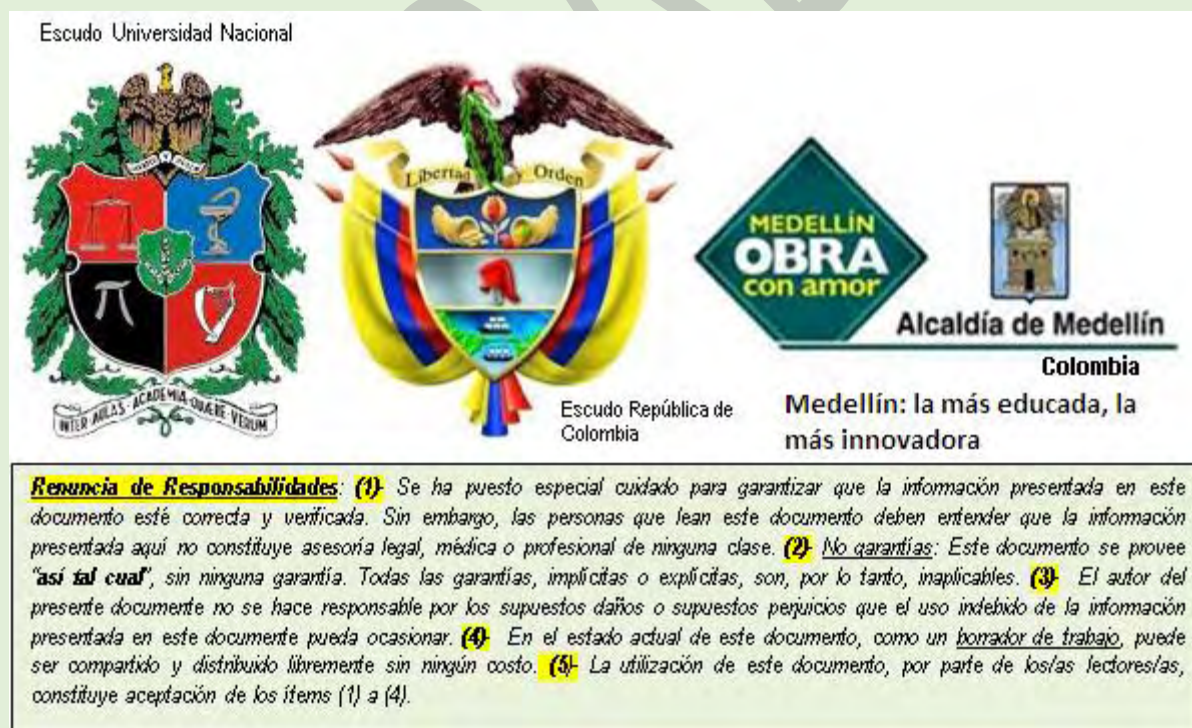


# EL ESTUDIANTE EXITOSO

## (Gestión eficaz y eficiente de los procesos de Estudiar/Aprender)

Autor: William Álvarez Montoya<sup>1</sup>



<sup>1</sup> El autor se desempeña como docente de planta en la Universidad Nacional de Colombia, Sede Medellín, Departamento de Ciencias de la Computación y la Decisión. [wlvarem@unal.edu.co](mailto:wlvarem@unal.edu.co) [wlvarem81@gmail.com](mailto:wlvarem81@gmail.com)

## Cómo tener éxito en el estudio/aprendizaje de una asignatura



La importancia de la voluntad y del querer hacer las cosas.

### Exhortación del Exitoso:

*"Piensa que puedes y podrás. / Si piensas que estás vencido(a), lo estás. / Si piensas que no te atreves, no lo haces. / Si piensas que te gustaría ganar, pero que no puedes, es casi seguro que no lo harás. / Si piensas que perderás, ya has perdido. / Porque en el mundo encontrarás que el verdadero y permanente triunfo se inicia con la VOLUNTAD HUMANA. / TODO ESTÁ EN EL ESTADO MENTAL. / Porque muchas carreras se han perdido antes de haberlas corrido. / Muchas batallas se han perdido mucho antes de haberse iniciado la lucha. / Y muchas personas cobardes han fracasado antes de haber iniciado su trabajo. / Piensa en grande y tus hechos crecerán; piensa en pequeño y te quedarás atrás. / Piensa que puedes y podrás; TODO ESTÁ EN EL ESTADO MENTAL. / Si piensas que estás aventajado(a), lo estás. / Tienes que pensar bien en grande para elevarte. / Tienes que estar seguro(a) de ti mismo(a) antes de intentar ganar un premio. / La batalla de la vida no siempre la gana la persona más fuerte, o la más veloz. / Porque tarde o temprano, la persona que gana, que triunfa, es aquella que crea poder hacerlo". Cristian Barnard<sup>2</sup>.*



El objetivo principal y el foco nuclear del presente texto se centran en el aprendizaje de los factores generales y las técnicas específicas que permiten a un estudiante normal<sup>3</sup>, común y «silvestre», obtener logros efectivos, resultados superiores al promedio, en los procesos de estudio/aprendizaje, y adicionalmente tener una visión y unos enfoques más positivos y enaltecedores de la propia vida<sup>4</sup>. Dicho aprendizaje guía hacia el desarrollo de competencias fundamentales para obtener una vida más rica, fructífera y gratificante, tanto en la estadía universitaria –o de la educación superior, en general- como en la posterior práctica profesional, y de actuación socio-cultural, facilitando el liberar, desarrollar y empoderar los potenciales de cada persona para lograr sus más caros ideales de vida dentro de los procesos de aprendizaje de largo alcance, tan indispensables en los ambientes hiperproductivos e hipercompetitivos actuales.

Igualmente, dentro de dichos procesos de estudio/aprendizaje, realizados con claridad de propósitos y con métodos eficientes, para obtener logros de calidad y de talla mundial, se desarrolla una visión holística-estratégica-compartida (VISHEC) de la propia vida, se superan obstáculos que a simple vista parecían infranqueables, se logran estados de automotivación y de autogestión al más alto nivel, y se profundiza en los procesos de auto-transformación cognitiva y conscientiva que constituyen el eje temático nuclear de todo cambio de paradigmas o formas de pensar, situándose el individuo así empoderado dentro de contextos cognitivos y de comportamiento socio-cultural jalonados por una positiva y constante y consistente acción proactiva – la propia iniciativa- orientada hacia logros cada vez mayores y mejores (procesos de perfeccionamiento y de mejora continua).

<sup>2</sup> El Dr. Christian Barnard fue el primero en realizar un transplante de corazón con éxito. pero además de su gran maestría profesional poseía también sabiduría interior.

<sup>3</sup> En términos muy generales, se puede conceptualizar a un "estudiante normal" como aquella persona con un cuerpo físico sano y una mente sana, dentro de una personalidad sana, que pretende aprender un tema, una asignatura o una carrera técnica, profesional o de cualquier otra índole.

<sup>4</sup> Malsio, Helene: « Self Management Secrets for your Ultimate Success », 2009.

Ya Marco Aurelio, cuya carrera personal se encumbró de tal forma que llegó a ser Emperador del Imperio Romano, estableció una de las más importantes destrezas, habilidades, capacidades o competencias, de los que logran objetivos de talla mundial<sup>5</sup>: «*Sintonízate con las más altas miras del espíritu humano; pues sólo las más altas miras tienen el inherente poder de impulsar a las humanas almas*».

También, uno de los más grandes visionarios del siglo XX tenía como premisa imprescindible en todo lo que hacía: «*Si lo puedes imaginar, envisionar vívidamente, y anhelar fervorosa y constantemente conseguirlo, inevitablemente lo conseguirás*» - Walt Disney.

## ¿Es para usted esta documentación?

Conteste sinceramente a las siguientes preguntas y analice honestamente su actuación en los diferentes escenarios que tales preguntas plantean<sup>6</sup>:

- ¿Se siente usted –como estudiante- habitualmente algo (o demasiado) desbordado/a, o sobrecargado/a, por las exigencias académicas de las asignaturas a las cuales está asistiendo este semestre?
- ¿Está usted abrumado/a por el estrés acumulado, no sólo por el de la información y conocimiento que implica cada asignatura, sino también por el competitivo ambiente académico de la institución educativa en la cual usted está inmerso/a?
- ¿Usualmente, al terminar su jornada, se siente defraudado/a, ambiguamente molesto/a por no haber alcanzado sus metas del día?
- ¿Le causa cierto grado de aprehensión, desazón, incomodidad, el sólo pensar en asistir a clases?
- Cuando piensa en que debe exponer algún tema ante un grupo de personas ¿se llena de temor, o le da pánico? (el síndrome del pánico escénico).
- Cuando se le pregunta sobre algún tema –de alguna de sus asignaturas- usted ignora qué decir o cómo comportarse al respecto?
- ¿Carece usted de nuevas y mejores ideas sobre cómo hacer su trabajo de estudiar/aprender con logros de la más alta calidad?
- Cuando intenta resumir o sintetizar la temática de sus asignaturas –ante alguien que le pregunte, o al intentar repasar- carece usted de un pensamiento claro sobre el asunto?
- En realidad, ¿ignora usted cómo administrar eficientemente el tiempo y cómo fijar prioridades, sintiendo que el tiempo le alcanza para muy poco?
- ¿Se cuestiona usted sobre cuáles son realmente sus habilidades mentales y sus estrategias y estilos de aprendizaje?
- Al asistir a clases, ¿usted sólo va a ver y oír lo que el expositor plantea?
- ¿Tiene alguna información o conocimiento, o aplica algún método de planeación estratégica?
- ¿Conoce y aplica sus habilidades analíticas, sus habilidades intuitivas y demás capacidades relacionadas con sus estructuras internas cognoscitivas y conscientes?
- Estando en clase, ¿es capaz de fijar y sostener la atención sobre los temas que se exponen?
- ¿Utiliza usted métodos superiores para tomar apuntes que efectivamente le permitan lograr un aprendizaje de avanzada?
- ¿Conoce y aplica métodos más eficientes para mejorar sus habilidades de memoria?

<sup>5</sup> Johnson, Vic: «13 Secrets of World-Class Goal Achievers, That Will Help You Achieve Nearly Any Goal You Will Ever Have», A Special Report from Inside the Champions Club, <http://www.goals2go.com/goals-2012/> (Marzo11/2012).

<sup>6</sup> Nast, Jamie: «Idea Mapping: How to Access Your Hidden Brain Power, Learn Faster, Remember More, and Achieve Success in Business», John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, USA, 2006. // Trump, Donald J.: «Think Like a Champion, An Informal Education In Business and Life», Vanguard Press, 2009. // Wood, Gail: «How To Study: Use Your Personal Learning Style to Help You Succeed When It Counts», Second Edition, New York, 2001.



- ¿Constantemente se siente con falta de motivación para estudiar y aprender?
- ¿El sistema de decisiones que usted aplica en la vida cotidiana es deficiente?
- ¿Conoce y aplica usted los hábitos de las personas altamente eficaces?
- ¿Los problemas personales, familiares, sociales, económicos lo abruman de tal forma que le dificultan el aprendizaje?
- ¿Se siente con frecuencia atrapado/a en círculos viciosos de pensamientos, emocionalidad y comportamiento?
- ¿Con frecuencia incumple usted sus compromisos?
- ¿Está usted con frecuencia dejando todo para después (de postergar), es decir usted configura –en su contexto de actuación- el síndrome de la procrastinación?
- ¿Jamás se ha percatado de las bondades del estudio en grupo?
- ¿Conoce exactamente usted contra quienes está compitiendo?
- ¿Sabe con certeza cuáles son sus planes para lo que resta del semestre, para cuando termine su carrera, para dentro de cinco años después de terminar su carrera?
- ¿Tiene usted habilidades relacionadas con el liderazgo, el empresariado?
- ¿Conoce exactamente cuál es su nivel de consciencia? ¿Su auténtico nivel de SER y de SABER?
- ¿Sabe exactamente cuál es su ubicación dentro del contexto de la «*aldea global*»<sup>7</sup> en que se ha convertido este planeta?
- ¿Sabe explicar en qué consiste su carrera, cuáles son sus áreas disciplinarias principales, quiénes son los mejores exponentes locales, regionales, nacionales e internacionales de las disciplinas de su carrera?
- Es capaz usted de describir con certeza y claridad cuáles son las inteligencias múltiples con las cuales está usted dotado(a)? ¿Y cómo las aplica en la vida cotidiana y en sus procesos de estudio/aprendizaje?

Si usted ignora o carece de certeza de cómo responder adecuadamente alguna(s) de dichas preguntas, entonces esta documentación es para usted.

A continuación se presenta un resumen de contenidos del plan a desarrollar en la presente documentación.

## RESUMEN DE CONTENIDOS

Un resumen de los temas principales de cada capítulo es el siguiente:

### PRIMERA PARTE: LA ACTITUD PROACTIVA

- **Capítulo 1** - Las fuerzas de cambio que están moldeando el mundo, y su incidencia sobre los individuos.
- **Capítulo 2** - Estructuras actitudinales y la capacidad de ser PROACTIVO, es decir de poner en acción la propia iniciativa. El Plan Creativo de Vida (PCV). Los hábitos.
- **Capítulo 3** – La capacidad de autogestión y el desempeño eficiente. Una didáctica de actividades para cada sesión cognitiva.
- **Capítulo 4** - Destrezas, saberes<sup>8</sup>, competencias necesarias para el logro efectivo de resultados exitosos, actualizando y desarrollando las potencialidades subyacentes. Las inteligencias múltiples.

<sup>7</sup> Término acuñado por Marshall McLuhan (1911-1980), profesor y escritor canadiense, en su obra «*Understanding Media*». Véase, por ejemplo: [http://comunicacion.idoneos.com/index.php/335169#La\\_galaxia\\_Gutenberg\\_o\\_la\\_Aldea\\_Global](http://comunicacion.idoneos.com/index.php/335169#La_galaxia_Gutenberg_o_la_Aldea_Global) // McLuhan, Marshall: «*Understanding Media: The Extensions of Man*», New York: McGraw-Hill, 1964.

<sup>8</sup> Morin, Edgar: «*Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*», UNESCO, 1999.

- **Capítulo 5** – Técnicas básicas del aprendizaje acelerado: El repaso apreciativo. Las técnicas de lectura exploratoria y de lectura rápida; la Foto-lectura; la lectura cuántica. Mejorar la capacidad y la calidad de la memoria.

#### **SEGUNDA PARTE: LA VISIÓN HOLÍSTICO-ESTRATÉGICA COMPARTIDA (VISHEC)**

- **Capítulo 6** - La importancia de la disciplina y de la asepsia mental y psicoemocional, aplicada en los procesos de estudio/aprendizaje.
- **Capítulo 7** - Desarrollar la Visión Holística-estratégica compartida (Vishec), que se convierte en uno de los ejes nucleares del motor de todo cambio.
- **Capítulo 8** - Empoderar el trinomio Mente/Cerebro/PsicoEmocionalidad: oxigenación, hidratación, nutrición, mentalización, inteligencia emocional y Emoción Superior, e inteligencia social y actuación comunitaria no-egoica. Estrategias “Ganar/Ganar”.

#### **TERCERA PARTE: EL ARTE DE ASISTIR A CLASES**

- **Capítulo 9** - La asistencia inteligente a clases es todo un arte.
- **Capítulo 10** - Saber fijar y sostener la atención: las técnicas de la concentración.
- **Capítulo 11** - La toma inteligente de apuntes que efectivamente ayuden al aprendizaje: diversos tipos de diagramas (de bloques, cuadros sinópticos, resúmenes gráficos, etc.), mapas conceptuales, las telarañas cognitivas, mapas mentales estáticos, los mapas mentales dinámicos.
- **Capítulo 12** - Participación activa en las sesiones de clases. Evitar distractores. Minimizar obstruccionistas. Algunas técnicas de bioalimentación; los “break psicoemocionales”.

#### **CUARTA PARTE: EL ESTUDIO EXTRA-CLASE**

- **Capítulo 13** - Estudio extra-clase en forma individual y en grupo.
- **Capítulo 14** - El repaso apreciativo vívido mediante la técnica de los mapas mentales dinámicos, las telarañas cognitivas. La retrospectiva creativa. Aprovechar la sinergia bioenergética.
- **Capítulo 15** - Lugar de estudio. Los horarios de estudio. La importancia de la música y de otras técnicas para lograr un sitio de estudio que efectivamente ayude a un aprendizaje de calidad.

#### **QUINTA PARTE: MÉTODOS ADICIONALES DE ESTUDIO EFICIENTE**

- **Capítulo 16** - Los hábitos saludables de vida permiten lograr un aprendizaje de calidad y de largo alcance.
- **Capítulo 17** - Métodos eficientes de estudio/2: actualizar y dinamizar el Plan Creativo de Vida (PCV); mejorar la memoria; gestión del tiempo; manejo del estrés; estilos y estrategias de aprendizaje; empoderar las inteligencias múltiples.
- **Capítulo 18** - El mundo de relaciones. Empoderar los nichos y redes relacionales. El iceberg psicoemocional y su gestión inteligente.

#### **SEXTA PARTE: TÉCNICAS BÁSICAS DE AUTOGESTIÓN**

- **Capítulo 19** - La autogestión de las destrezas intelectuales. Las tres mentes. La Auto-gestión neuronal y del capital cognitivo

- **Capítulo 20** - Aprender a aprender y su incidencia en los logros académicos y profesionales. La auto-Gestión del tiempo y del capital natural (cuerpo físico, cuerpo vital o cuerpo bioelectromagnético).
- **Capítulo 21** - Algunas técnicas para la presentación exitosa de exámenes, exposiciones, trabajos. Manejo inteligente de los factores ansiógenos, del nerviosismo, del bloqueo psicoemocional. Estructuras emocionales y aprendizaje. La Auto-Gestión del Capital relacional.
- **Capítulo 22** - Técnicas de programación neuro-lingüística. Como erradicar “zonas erróneas” y ciertas autolimitaciones impuestas por las taras culturales y los efectos nocivos del sistema educativo. La Auto-Gestión del capital conscientivo.

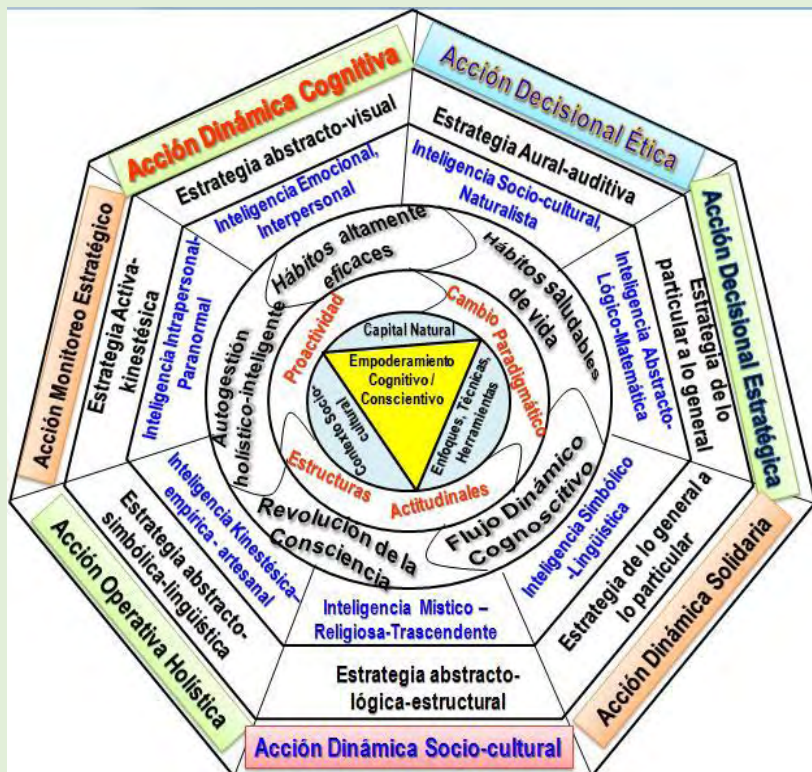
#### **SÉPTIMA PARTE: EL EMPODERAMIENTO COGNITIVO/CONSCIENTIVO**

- **Capítulo 23** - Aprovechar el apoyo logístico institucional: las instalaciones físicas, los servicios para realizar ejercicio físico, los servicios de asesorías y tutorías, las actividades de repaso y refuerzo dentro de la programación académica de cada periodo lectivo. Los escenarios y eventos culturales.
- **Capítulo 24** – Empresariazgo y auto-empresariazgo. Empoderar la Inteligencia Emocional y la Inteligencia Social<sup>9</sup>.
- **Capítulo 25** - Técnicas de autocuidado y técnicas avanzadas del empoderamiento cognitivo/conscientivo. Procesos de mejora continua. Didáctica de la revolución del autoconocimiento. Le Revolución Cognitiva/Conscientiva.

<sup>9</sup> Goleman, Daniel; Boyatzis, Richard: «Social Intelligence and Biology of Leadership», Harvard Business Review, 2008.

## El Plan Estratégico Personal

La **clave fundamental** de todo **estudiante exitoso** es muy simple: es tener un **Plan Creativo de Vida**; este **Plan Estratégico Personal** es guiado por una **visión estratégica** de los logros a obtener en tres horizontes bien definidos<sup>10</sup>: el *corto plazo*, el *mediano plazo* y el *largo plazo*. Aunque estos términos pueden variar de una situación personal a otra, el *corto plazo* bien pudiera indicar lo que resta del semestre lectivo (algunos pocos meses, 4 ó 5); el *mediano plazo* podría ser los años que faltan para concluir la carrera universitaria (3, 4 ó 5 años); y el *largo plazo* estaría indicando un lapso de 5 años después de terminar los estudios superiores (10 años a partir de ahora, por ejemplo).



Esta es una ilustración de telaraña cognitiva mediante la cual se puede expresar los temas centrales de una asignatura –por ejemplo– y sus interrelaciones<sup>11</sup>.

Dicha visión estratégica, dicho propósito subyacente, siempre e ineluctablemente, guía con su fuerza inherente a la obtención del éxito personal, la salud, la riqueza y fortuna, en forma eficiente. Quien tiene dicho **Plan Creativo de Vida** (PCV) siempre triunfa, aún en las circunstancias más adversas y enfrentando los factores más obstructivos.

El PCV configura el plan de vuelo mediante el cual una aeronave puede llegar al aeropuerto de destino, la carta de navegación mediante la cual el

mayor trasatlántico puede arribar a puerto seguro, el plan de negocios mediante el cual las empresas de talla mundial están triunfando en todos los campos<sup>12</sup>. La visión estratégica es el combustible, el poder imbatible, que impregna cada idea, cada pensamiento, cada emoción, cada acción, cada transacción, cada clase (o sesión cognitiva) a la que se asiste, cada práctica que se realiza, en la rutina diaria, en horas de vigilia y en las horas de reposo, pues es posible aprovechar el poder de la mente subconsciente, dado que el *sistema Mente/Cerebro* nunca duerme, jamás descansa<sup>13</sup>.

En ausencia del PCV, impulsado por una visión estratégica de logros, estamos destinados –irremediamente– a continuar a la *londra tolondra*, al garete por el campus, de tumbo en tumbo, de clase en clase carente de propósitos efectivos y eficientes, sin un norte, sin un objetivo claro, simplemente vegetando en la trama fútil de la «*social bacanería*» cotidiana (esa *palabrería*

<sup>10</sup> Gorman, Paul F.: «THE GAME OF BUSINESS And How To Play It: The 21 Steps To Irrefutable Success and Great Personal Wealth In Business», BIG SUR PUBLISHING London, 2004.

<sup>11</sup> Diseño y elaboración del autor del presente documento.

<sup>12</sup> Tapscott, Don: «Winning with the Enterprise 2.0», New Paradigm Learning Corporation, 2006. // Fresco, Jacque; Meadows, Roxanne: «Designing the Future, The Future by Design», The Venus Project, Inc., 2007, <http://www.TheVenusProject.com>.

<sup>13</sup> Murphy, Joseph: «The Power of the Subconscious Mind», Bnpublishing, May 2007. // Hill, Napoleon: «Think and Grow Rich: The 21st-Century Edition», Napoleon Hill Bookstore, 2009.



*insubstancial de charla ambigua*, pasar el tiempo en fruslerías y trivialidades, en forma continua, configurando una adicción de pérdida de tiempo), de la mediocridad académica y personal, sin saber por qué, ni cuáles son las causas de fondo, del pobre desempeño, y sin saber cómo salir del foso del fracaso, de la desesperanza, e impregnados(as) de incertidumbres y de vaguedades cognitivas acumulamos y acumulamos frustración tras frustración al carecer de las técnicas del **estudiante exitoso**.

El PCV es realizado en la rutina diaria mediante unos métodos precisos y eficientes, facilitadores de los más altos desempeños, y es una de las principales fortalezas dentro de los procesos de la *Planeación Estratégica de los escenarios a lograr*, tanto a nivel empresarial<sup>14</sup> como personal.



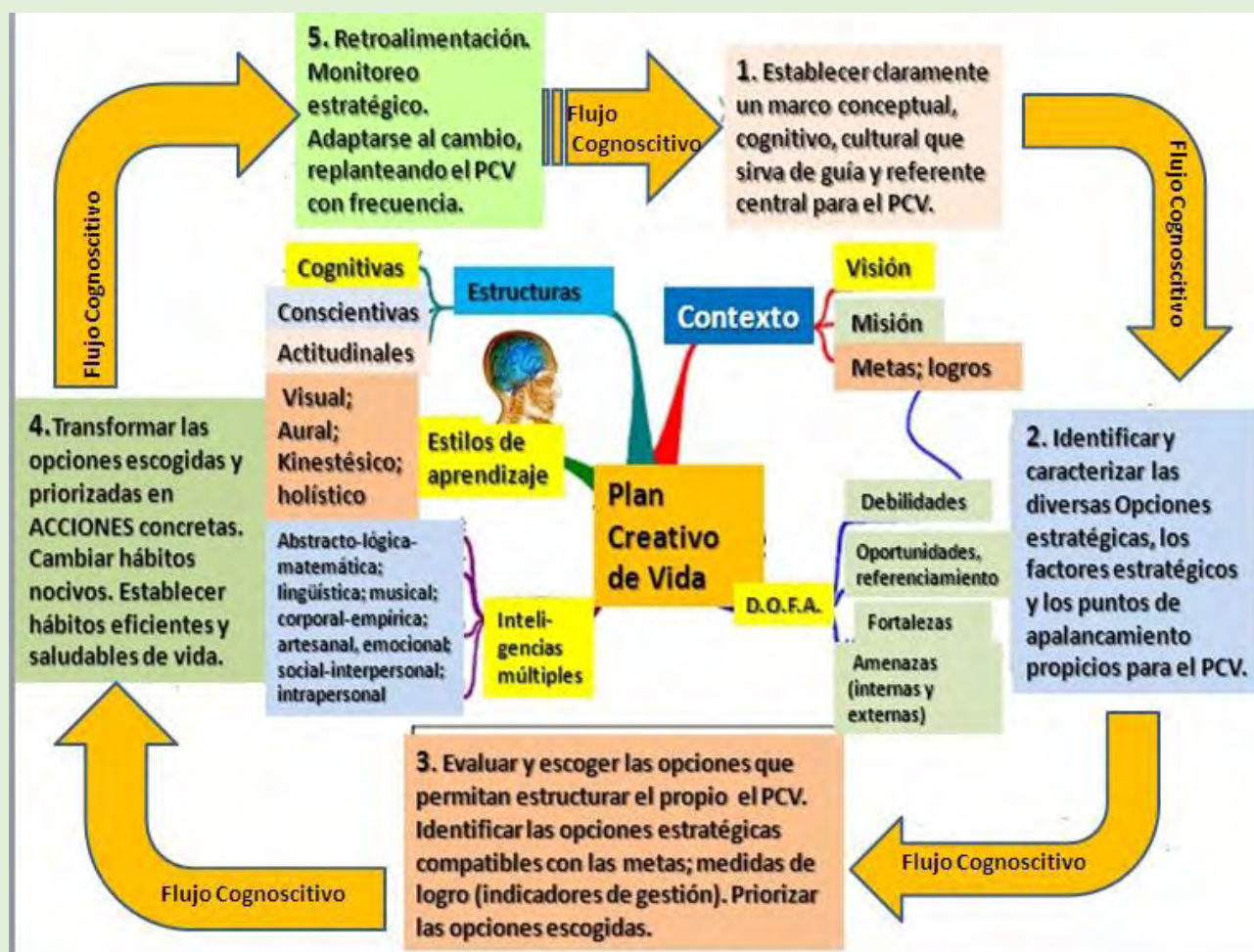
El PCV se construye pensando, reflexionando, actuando, aprendiendo y empoderando el aprendizaje con métodos y valores del ahora, pero se proyecta al futuro para enfrentar un mundo rápidamente cambiante; y en dichos procesos se aprovecha y mejora lo heredado de las generaciones anteriores: sus logros y fracasos, sus valores y compromisos e imágenes y metáforas inherentes a sus visiones del mundo, sus esperanzas y sus más caros ideales. En síntesis, las etapas básicas del proceso de *Planeación Estratégica* se ilustran en la figura mostrada en la página siguiente<sup>15</sup>:

- Hay un constante flujo cognoscitivo enlazando sinérgicamente cada una de las etapas.
- Como primera etapa es preciso establecer un marco de referencia. Esto implica lo cognitivo, lo socio-cultural, estableciendo una visión de vida, la misión respectiva y las metas a lograr en los tres horizontes: corto plazo, mediano plazo, largo plazo.
- La segunda etapa implica identificar y caracterizar los diferentes factores estratégicos que conducen a las opciones estratégicas y sus puntos de apalancamiento. Involucra un análisis D.O.F.A. = Debilidades, Oportunidades, Fortalezas, Amenazas. También es necesario aquí identificar y caracterizar muy bien las propias estructuras (cognitivas, conscientes, actitudinales), los estilos de aprendizaje (visual, aural, kinestésico, holístico), y la propia mezcla de inteligencias múltiples, que permiten empoderar los procesos de estudio/aprendizaje.
- En la tercera etapa se evalúan y se escogen las opciones estratégicas. Un factor crucial aquí es los puntos de apalancamiento que permiten lograr mejores rendimientos de las propias competencias.

<sup>14</sup> Kimball, Bob: «The Book on Management», Best Business Books, 2004.

<sup>15</sup> NSI: «Brain Matters», The Neurosciences Institute, 2008. <http://www.nsi.edu>. // Covey, Stephen R.: «El 8º Hábito, De la Efectividad a la Grandeza», Paidós Empresa, 2004. // Allen, David: «Getting Things, The Art of Stress-Free Productivity», Penguin Books, 2003.





Procesos principales de la Planeación Estratégica involucrados en la elaboración del Plan Creativo de Vida. (elaboración propia)

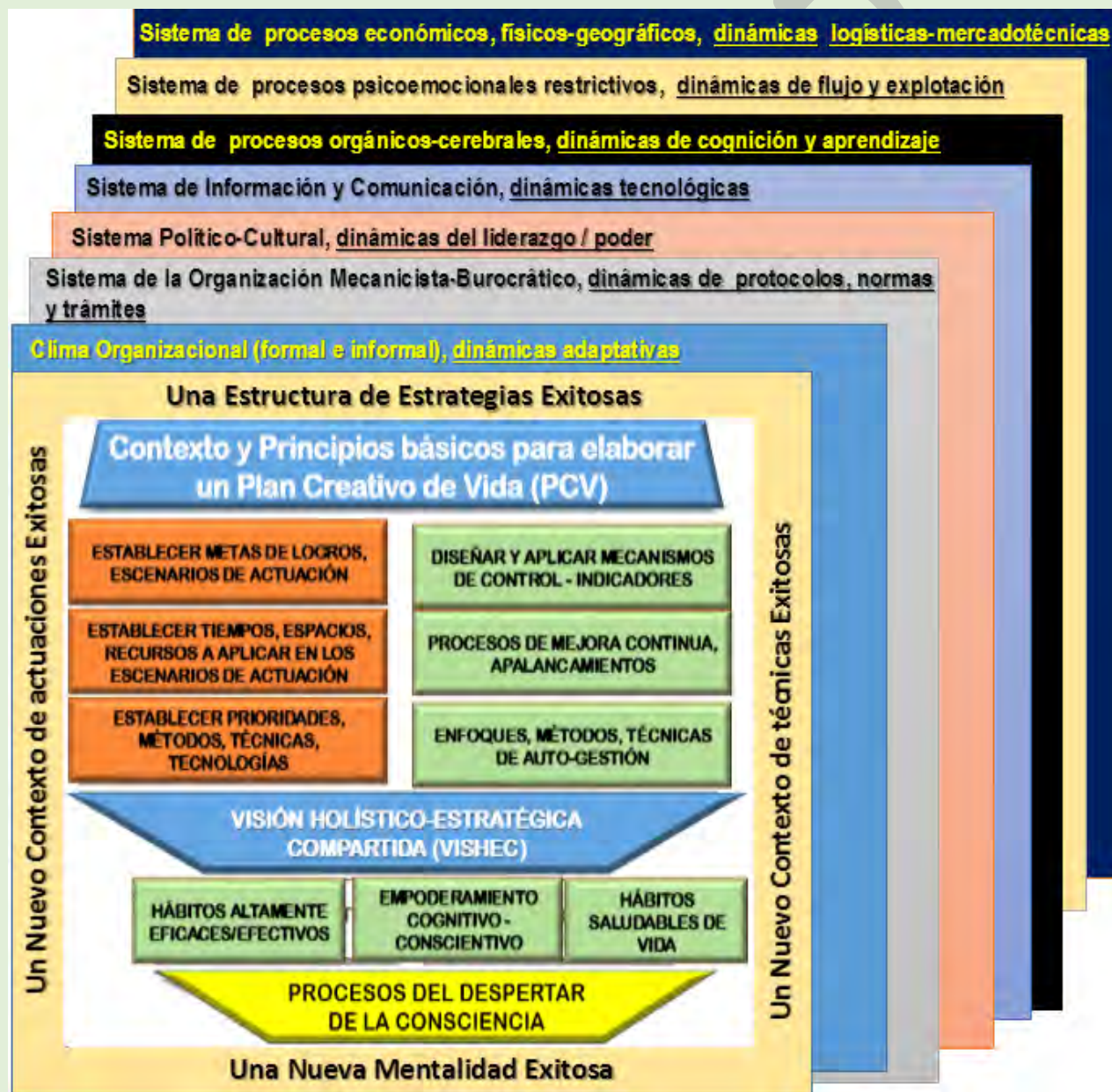
- En la cuarta etapa se pone en práctica las diversas opciones estratégicas seleccionadas. Esta etapa es la más difícil y en la cual hay que tener una férrea disciplina para poder realizarla con éxito, por cuanto implica cambiar las formas de pensar, de sentir de actuar, y conlleva –igualmente- profundos cambios de hábitos. Particularmente, hay cambiar los hábitos nocivos por hábitos eficaces y eficientes; los estilos poco saludables de vida por estilos más saludables de vida.
- La quinta etapa consiste en la retroalimentación del todo el proceso. Implica revisar periódicamente (varias veces al año, por ejemplo) el PCV y todas las etapas esbozadas en la figura, con el fin de realizar ajustes y afinar las estrategias y los métodos de trabajo.

El **Estudiante Exitoso** se ha mentalizado sobre su PCV, lo mantiene siempre presente en su accionar cotidiano y lo está revisando periódicamente, ajustándolo a los cambios que inevitablemente se dan en las diferentes épocas del año. Una de las mejores técnicas es tenerlo visualizado siempre en la pantalla mental, mediante un mapa cognitivo (mapa mental dinámico, o telaraña cognitiva dinámica, o mapa conceptual dinámico). Y aprovecha toda situación cotidiana para repasarlo, formando así un hábito que cala hasta el subconsciente y actúa como un potente impulsor del logro de metas de largo alcance<sup>16</sup>.

<sup>16</sup> CEPAL/ONU: «Manual de Prospectiva y Decisión Estratégica», Publicación Naciones Unidas, Santiago de Chile, Sep. 2006. //

El **Estudiante Exitoso**, que elabora su PCV y lo pone en práctica cotidianamente, encuentra que esta categoría de estrategias es una mina de oro de profundas ideas, comprensiones intuitivas de avanzada de cómo hacer mejor los procesos de estudiar y aprender, sobre cómo obtener ingentes cantidades de energía motivacional, de cómo establecerse en los dominios del «*Flujo Dinámico Cognitivo*» que permite mantener el estrés al mínimo –o por lo menos en niveles moderados, no perjudiciales-, y de cómo aplicar los puntos, eventos, ideas, personas de apalancamiento, logrando obtener mucho más con menos esfuerzo (*Ley de la palanca inteligente*).

En la figura siguiente se esquematiza una metodología general para la elaboración y aplicación del Plan Creativo de Vida (PCV), dentro de un enfoque holístico multinivel.



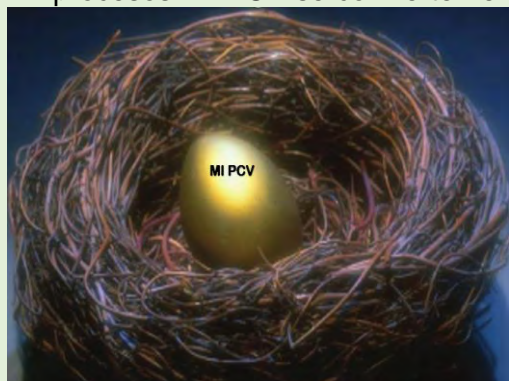
Un Modelo Conceptual para la elaboración e implementación de un Plan Creativo de Vida (PCV), a[elaboración propia].



Todas las personas tenemos, en forma consciente o inconsciente, un contexto básico, o unas categorías de contextos básicos, y unos principios genéricos y prácticos de actuación. La elaboración del PCV, dentro de un **contexto intencional de logros**, propicia los procesos de explicitar ese contexto y esos principios<sup>17</sup>. Con una Visión de largo alcance, en particular una que contempla los procesos de estudiar/aprender para toda la vida, no sólo para ganar materias en la estadía dentro del campus académico, es posible: **(1º)**- establecer metas de logro en los correspondientes escenarios de actuación; **(2º)**- establecer los tiempos, los espacios respectivos, los recursos a aplicar en los correspondientes escenarios de actuación; **(3º)**- establecer las prioridades, los métodos, las técnicas específicas y las tecnologías a aplicar en la consecución de las metas propuestas. Este nivel estratégico conlleva, necesariamente, si se pretende concretar los correspondientes niveles tácticos y operativos, las actividades conducentes a: **(1º)**- el diseño y aplicación de los concomitantes mecanismos de control, en especial con las estructuras paramétricas centradas en indicadores de gestión; **(2º)**- los procesos de apalancamiento y de mejora continua, con sus prácticas respectivas; **(3º)**- los enfoques, los métodos y las técnicas y prácticas específicas en los diferentes niveles de la Auto-Gestión: del capital físico y bioelectromagnético, del capital neuronal, del capital cognitivo expresado como inteligencias múltiples, del capital relacional, del capital psicoemocional, todos estos capitales embonados dentro del **dharmadata**.

La Visión Holístico-Estratégica Compartida (Vishec), soporta y a la vez empodera los niveles descritos, lo que –a su vez- lleva al empoderamiento cognitivo/consciente, la disciplina y práctica de los hábitos eficaces/eficientes, y a la disciplina y práctica de los hábitos saludables de vida.

Los procesos del despertar de la consciencia, finalmente, empoderan todos los otros procesos. El PCV se convierte –entonces- en el núcleo central de ese “*huevo de oro*” que habrá de catapultar, debidamente desarrollado, los procesos de la Auto-Transformación.



Lo anterior guía a<sup>18</sup>: **(1º)**- **Una nueva mentalidad exitosa**, con formas de pensar transformadas, en especial sincronizadas y en sinergia con una «*mentalidad de talla mundial*», o del/de la «*ciudadano/a global*»<sup>19</sup>, con poderosos modelos de pensamiento planetario; **(2º)**- **un nuevo contexto externo, y estructuras, de actuaciones exitosas**, en el cual los eventos, las personas, los objetos, las cosas, las psicoemocionalidades y los pensamientos, están en sintonía con la nueva mentalidad, conformando una especie de «*rayo láser*» superenfocado de logros; **(3º)**- **unas nuevas estructuras cognitivas y psicoemocionales internas de planeación y actuaciones exitosas**; **(4º)**- **un nuevo conjunto de técnicas y herramientas exitosas**.

Todas estas nuevas estructuras y nuevos contextos, con sus correspondientes mentalidades, modelos, métodos, técnicas, herramientas y tecnologías exitosas permitirán interactuar más eficaz y efectivamente con siete dinámicas socio-políticas-culturales-económicas y organizacionales<sup>20</sup>: **(1ª)**- **Dinámicas adaptativas**, de los sistemas que conforman el Clima

<sup>17</sup> Bonilla, Ernesto: «Evidencia sobre el Poder de la Intención», Investigación Clínica, Volumen 49, No. 4, páginas 595-615, 2008. // Dyer, Wayne: «El Poder de la Intención», <http://www.youtube.com/watch?v=blg4f-ONn1o> (película). // Mendius, Rick: «The Power of Intention», 2008, <http://www.wisebrain.com> // Pavlina, Steve: «Use The Power of Intention», November 15th, 2005. // Kopp S., Kristin: «The Quantum Power Code: Insight, Mind Power & Synchronicity», 2006. // Rankin, Diane: «Using the Creative Power of Intention», June 2008.

<sup>18</sup> Wessell, Daniel: «Organizing Creativity: How to Generate, Capture, Collect and Realize ideas to improve individual Creativity», 2009.

<sup>19</sup> Kruempelmann, Elizabeth: «The Global Citizen: A Guide to Creating on International Life and Career», The Speed Press, Toronto (Canada), 2002. // Pauley, Thomas L.; Pauley, Penelope J.: «I'm Rich Beyond My Wildest Dreams: How to Get Everything You Want in Life», RichDreams Publishing, 2003.

<sup>20</sup> McLean, Gary N.: «Organization Development: Principles, Processes, Performance», Barret-Koehler Publishers Inc., 2006. // Wagner, John A. III; Hollenbeck, John R.: «Organizational Behavior: Securing Competitive Advantage», Routledge, New York (USA), 2010. // Staw, Barry

Organizacional (formal e informal), logrando empoderar el capital relacional; **(2ª)- dinámicas de protocolos, normas y trámites**, inherentes a los sistemas de la Organización Mecanicista-Burocrática; **(3ª)- dinámicas del liderazgo / poder**, propias de los sistemas socio-políticos y culturales; **(4ª)- dinámicas tecnológicas**, presentes en los sistemas de Información y Comunicación, y en los sistemas informatizados de gestión organizacional; **(5ª)- dinámicas cognitivas y de aprendizaje**, correspondientes a los sistemas de adquisición, distribución y aplicación del conocimiento, similares a los procesos orgánicos-cerebrales; **(6ª)- dinámicas de flujos y explotación**, inherentes a los sistemas psicoemocionales restrictivos, análogos a las prisiones psíquicas; **(7ª)- dinámicas logísticas-mercado-técnicas**, propias de los sistemas económicos, físicos-geográficos, centradas en los procesos de productividad y competitividad globalizados.

A medida que practica y practica tesoneramente estas poderosas estrategias, el **Estudiante Exitoso** empieza a concretar en la cotidianeidad unas nuevas formas de pensar, inicia transformaciones –otrora impensadas- en sus estructuras internas (de actitud, de personalidad, de la mente y el intelecto, de la psicoemocionalidad y lo socio-cultural, de la voluntad y la consciencia) que lo guían a realizar su trabajo con excelencia, con gran vivacidad y con un alto sentido de logro, aún en la árida prosa de la rutina diaria<sup>21</sup>. Interioriza automatismos de eficacia y eficiencia personales que se convierten en hábitos de productividad y de vida saludable, con un progresivo e inteligente sentido de elevada autoestima que le permite imaginar y lograr el «*tener el mundo en sus manos*».



A sabiendas de que los comportamientos ansiógenos y los bajos niveles de desempeño académico son consecuencia de la falta de planeación, coordinación y control, preparación y organización, y de acción ejecutiva, el **Estudiante Exitoso** registra todas las tareas y actividades que deben hacerse semanalmente, dentro de una estructura organizada y sistemática, y con una mentalidad proactiva de relajado, eficiente y sinérgico control. Además, aplica un enfoque disciplinado, coherente y flexible para hacer todas sus actividades y tareas. Así, va creando los hábitos y los automatismos decisionales que lo van capacitando como un profesional con altos niveles de eficacia y efectividad.

Y lo que es muchísimo más importante, el **Estudiante Exitoso** se compenetra y empieza a aplicar esa fuerza esencial del *Conocimiento Compartido*, tan indispensable para funcionar y medrar en los competitivos, complejos y llenos de incertidumbres contextos empresariales, tecnológicos y socio-culturales, de la productividad global. Y dicho *Conocimiento Compartido* le va dando *sentido y significado* al quehacer académico, en los procesos de estudio/aprendizaje de las asignaturas que comprende el curriculum en el cual se está inscrito. Y tal *sentido* y tal *significado* se ha convertido en la clave fundamental en la solución de desafíos complejos, y de la creatividad y de la innovación<sup>22</sup>. Las competencias implicadas incluyen<sup>23</sup>:

- **La atención apreciativa**: que conlleva a la *inmersión concentrada* inherente al *Flujo Dinámico Cognoscitivo*, proceso en el cual se hacen todas las actividades como un proceso de mínimo esfuerzo y máxima eficiencia –imitando a los procesos naturales de los ecosistemas- involucrando múltiples modos de percepción y múltiples sinergias de los estilos y estrategias de aprendizaje, de las inteligencias múltiples y de las competencias propias,

M.; Kramer, Roderick [editors]: «**Research in Organizational Behavior**», Volume 26, Elsevier Ltd., London, 2005. // ---, Volume 25, 2003. // Thackara, John: «*In The Bubble: Designing in a Complex World*», The MIT Press, Cambridge, Mass., USA, 2005.

<sup>21</sup> Gardner, Howard: «*The Ethical Mind*», Harvard Business Review, March 2007, pages 51-56. // HBR Spotlight: «*How to Manage The Most Talented*», Harvard Business Review, March 2007, pages 70-79.

<sup>22</sup> Palus, Charles J.; Horth, David M.: «*The Leader's Edge, Six Creative Competencies for Navigating Complex Challenges*», Center of Creative Leadership, 2002. // Mintzberg, Henry; et al.: «*Strategic Safari, A Guided Tourthrough The Wilds of Strategic Management*», The Free Press, New York, 1998.

<sup>23</sup> Bate, Nicholas: «*Being The best: The A-Z of Personal Excellence*», Capstone Publishing, 2003. // McKeown, Max; Whiteley, Philip: «*Unshrink: Yourself, Other People, Business, The World*», Prentice-Hall/Pearson Education, 2003.



logrando captar instantánea y holísticamente todos los intrínquilos de una situación por compleja que sea.

- **Motivación apreciativa:** para estar constantemente, ya sea en forma individual o en grupo, en pos de las metas de altos logros, conforme lo establecido en el propio PCV, con pasión, humor y métodos disciplinados<sup>24</sup>; así, se obtiene un contexto –exterior e interior- pleno de energías psicoemocionales que catapultan las propias iniciativas para afrontar los desafíos más exigentes, como los que se presentan en el ámbito de los estudios universitarios.
- **Imaginación y Creatividad:** hacen posible dar sentido y significado a la información compleja, construyendo ideas, y comunicándolas efectivamente por medio de tecnologías visuales, historias y metáforas<sup>25</sup>.
- **Generar Conocimiento:** generar y aplicar Conocimiento a través de la exploración, la indagación apreciativa, la improvisación, la experimentación, el humor y la lúdica.
- **La Co-indagación** (o indagación colaborativa): mediante el diálogo y el intercambio de saberes por medio de redes y comunidades culturales y disciplinas profesionales.
- **El Enfoque Holístico Multinivel:** permite sintetizar objetos, eventos, relaciones, sistemas, contextos, acciones y comportamientos dentro de una totalidad integrada y plena de sentido y significado<sup>26</sup>.

«La persona prudente actúa con sabiduría y prevee el futuro de sus actos; pero el necio no ve más allá de sus narices», Proverbios 13-16.



## Beneficios de la Planeación Estratégica

Los procesos de la Planeación Estratégica proporcionan un sinnúmero de beneficios, entre los cuales se puede destacar los siguientes:

- **Define claramente el propósito** de una persona, de un proyecto o de una organización, permitiendo establecer metas realísticas y objetivos consistentes con la misión y la visión en un definido contexto y acorde con las capacidades y recursos de implementación (puesta en práctica).
- **Facilita la visualización constante** de unas vías de acción y de desempeño, lo cual propicia la obtención de logros, y le da un alto valor agregado a la rutina cotidiana.

<sup>24</sup> Gravet, Linda: «HR as a Strategic Planning Partner», e-HResources, <http://www.e-HResources.com>, 2000-2009. // OCCRL: «Strategic Planning Overview», Office of Community College Research and Leadership, Illinois, USA, 2009. // McNamara, Carter: «Strategic Planning (in nonprofit or for-profit organizations)», Free Management Library, 1997-2009, <http://www.managementhelp.org>.

<sup>25</sup> Olsen, Erika: «Strategic Planning For Dummies», For Dummies, October 30, 2006. // Lake, Naville: «The Strategic Planning Workbook », 2nd edition, Kogan Page, April 28, 2006. // Napier, Rod; Sidle, Clint; Sanaghan, Patrick: «High Impact Tools and Activities for Strategic Planning: Creative Techniques for Facilitating Your Organization's Planning Process», McGraw-Hill; 1 edition, December 1/1997. // Wootton, Simon; Horne, Terry: «Strategic Thinking: A Step-By-Step Approach to Strategy», Second Edition, Kogan Page, June 2002.

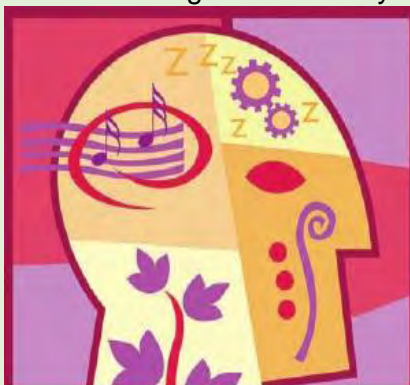
<sup>26</sup> Goodstein, Leonard; Nolan, Timothy; Pfeiffer, J.: «Applied Strategic Planning: How to Develop a Plan That Really Works», First Edition, McGraw-Hill, June 1993. // Bradford, Robert W.; Tarcy, Brian: «Simplified Strategic Planning: The No-Nonsense Guide for Busy People Who Want Results Fast», Chandler House Press, September 2000.

- **Desarrolla en las personas un elevado sentido de autoestima** y de eficiencia, de sentido del control existencial, minimizando el estrés, las vaguedades cognitivas y las presiones de las actividades diarias, obteniéndose un sostenido control de los factores ansiógenos.
- **Garantiza un uso más efectivo del tiempo y de los demás recursos**, induciendo un enfoque organizado en el establecimiento de prioridades.
- **Suministra bases sólidas para medir el progreso**, estableciendo mecanismos para flexibilizar los planes cuando sea necesario, y un claro sentido de dirección, es decir de saber con certeza hacia dónde se va.
- **Proporciona un contexto creativo** que –a su vez- permite resolver problemas más complejos.

## ¿Cuándo Utilizar la Planeación Estratégica?

## Beneficios de la Planeación Estratégica

El Enfoque y la aplicación del proceso de la Planeación estratégica dependen de la naturaleza y requerimientos del contexto en el cual se interactúa y de lo que se desee establecer como proyecto de vida. Por ejemplo, la Planeación ha de hacerse y revisarse con frecuencia en un contexto organizacional y profesional altamente competitivo, de intensa y desafiante



productividad, sujeto a presiones y cambios constantes. En este panorama, la Planeación estratégica ha de hacerse con sumo rigor y detalle, en todos sus procesos, con minuciosa atención al establecimiento de la misión, la visión, la identificación y caracterización de los valores, el contexto de actuación, los parámetros de medida e indicadores de gestión, las metas globales y los objetivos específicos, los sistemas de información y de monitoreo estratégico, las responsabilidades, el cronograma de actividades, la parte financiera y presupuestaria, los factores críticos de éxito, etc.. Además, hay que revisar con frecuencia (mensual o bimestral) el cumplimiento de estos aspectos.

Por otro lado, si el ambiente personal, profesional u organizacional, es relativamente estable, entonces el proceso de Planeación puede hacerse con menos rigor y no en todos los niveles implicados en el escenario más exigente. Una o dos veces al año podría hacerse revisiones y actualizaciones.

Pero en el caso de un estudiante que inicia, o está en los primeros semestres de su carrera universitaria, debería hacerse un Plan Creativo de Vida (PCV) en tres horizontes (corto, mediano y largo plazo) y revisarlo y hacerle ajustes -por lo menos- cada semestre.

Las siguientes sugerencias podrían servir de guía con respecto a cuándo efectuar el proceso de planeación estratégica:

- La Planeación estratégica es parte inherente de las actividades implicadas cuando se inicia un proyecto. Especialmente, si se trata de un proyecto de vida, como el representado por el inicio de un programa de educación superior.
- La Planeación estratégica también está particularmente recomendada cuando surgen grandes cambios dentro de un proyecto en curso. Por ejemplo, cuando se trata de seleccionar una opción de especialización dentro curriculum que se esté realizando. En este caso, implicaría una revisión y ajustes exhaustivos del plan inicialmente elaborado.
- La Planeación estratégica también está indicada, o por lo menos una aplicación revisada de la misma, cuando surgen –estacionalmente- exigencias legales, gubernamentales, de los cambios del entorno, ante las cuales hay que revisar prioridades, reasignar presupuestos y efectuar diversos ajustes a los factores y los parámetros de la planeación.

- Cada fin de un periodo de desempeño (trimestral, semestral, anual) los planes han de ser revisados y actualizados, aunque sea mínimamente. Por supuesto, la frecuencia de revisión, ajustes y actualizaciones, depende de la amplitud e intensidad de los cambios que se presenten en el contexto de actuación (de las personas, a nivel profesional, o a nivel de las empresas).

En la siguiente figura se compendian las tres fases del proceso de planeación estratégica: establecer prioridades, el proceso de mejora continua, la evaluación y el control, conjuntamente con las competencias implicadas en cada fase.



Competencias básicas implicadas en el enfoque o perspectiva estratégica.



## RESUMEN EJECUTIVO

Un resumen ejecutivo que puede servir de guía general para organizar los propios procesos cognitivos y de actuación socio-cultural y académica comprende los siguientes 7 puntos:

1

**Desarrolle y aplique una actitud proactiva** para asistir a cada sesión (reunión) de clases tanto teórica como práctica. Mentalícese respecto a que cada clase, o cada



sesión cognitiva, cada oportunidad cognitiva, es un evento sin precedentes en la historia del progreso humano, y que usted es un partícipe activo en dicha aventura esplendorosa de la especie homo sapiens sapiens. Antes de cada clase teórica o práctica, el (la) estudiante exitoso(a):

(a) – Revisa los apuntes de las clases previas, y cómo se ensamban dentro del programa general de la asignatura, resaltando los tópicos principales, anotando y resaltando los conceptos básicos de los ejes temáticos nucleares, y elaborando – mentalmente y por escrito- las preguntas concernientes a las dudas que se le presentan; preparando mapas mentales o conceptuales, telarañas cognitivas, y otras ayudas visuales;

(b) – Se ejercita resolviendo los problemas y tareas asignadas, recopilando por escrito los logros alcanzados y las dificultades enfrentadas (resueltas y no resueltas); ha resuelto los quices y pruebas cortas que en la página web aparecen;

(c) – ha consultado con los profesores y con los tutores/asesores sobre las dudas y dificultades, y ha asistido a los talleres de refuerzo, las asesorías, ha participado en los foros, y en otras actividades diseñadas al respecto;

(d) – se ha forjado un panorama conceptual sobre la clase a la cual va a asistir, resaltando los

«Una visión sin acción no pasa de ser un sueño fútil. Acción sin visión sólo es un pasatiempo, fuerza bruta cotidiana. Pero una visión con acción puede cambiar el mundo» Joel Arthur Barker

conceptos que conoce y los que no, anotando las preguntas que se le ocurren con respecto al tema de la clase, e imprimiendo el material que considera conveniente para asistir en forma inteligente y eficiente a la clase; y tiene ya un mapa mental dinámico de la clase;

(e) – ha realizado, por lo menos, una sesión de estudio individual y de grupo, elaborando resúmenes expresados como apuntes cortos, mapas conceptuales, cuadros sinópticos, mapas mentales, telarañas cognitivas, diagramas, y –lo que es muy importante- tiene ya formado un claro mapa dinámico mental sobre la asignatura, sobre su desempeño en la misma, y cómo dicha asignatura actúa y aporta positivamente a su PCV, aplicando creativamente un **Enfoque Holístico Multinivel**.

Todas las personas podemos desarrollar esa actitud proactiva en forma positiva y enrutarla dentro de las actividades cotidianas hacia el logro de nuestros más caros objetivos<sup>27</sup>. Una regularidad empírica observada, en todas las culturas humanas, desde la más remota antigüedad, es que esa proactividad, esa capacidad de mantener la iniciativa propia, empieza con una VISIÓN, con un fervoroso anhelo, un apasionamiento que involucra todos nuestros talentos, todas nuestras estructuras, un deseo de superación, ganas de alcanzar objetivos y logros que actualmente no se tienen, unas ansias de ser lo que actualmente no somos que arrasa con todos nuestros hábitos ineficientes, con todos nuestros estilos poco inteligentes de vida, con todas nuestras falencias, errores e ineficacias. Es decir que la chispa que permite la

<sup>27</sup> Baker, Joel Arthur: «El poder de una visión», Infinity Limited, INC, 1990.



ignición de los procesos desencadenados por la proactividad positiva bien encauzada es UNA VISION DE FUTURO, como bien lo dice Marjorie Parker<sup>28</sup> en su ya clásica obra «*Creating Shared Vision*» [Creando la Visión Compartida]:

«Las visiones son imágenes mentales poderosas de lo que deseamos crear y que se hará realidad en un futuro. Ellas reflejan nuestros más caros anhelos, ansias de logros superiores, y están en armonía con nuestras estructuras internas de valores, creencias, y sentido de logro. . . Las inmensas tensiones que surgen y que sentimos, al comparar nuestra imagen mental de ese futuro anhelado con la realidad actual, configuran el combustible que nos impulsa en pos del logro imaginado». Marjorie Parker, en «*Creating a Shared Vision*»

Pero, para lograr esto, **es necesario un cambio de paradigmas**<sup>29</sup>, es decir, de las formas de pensar, de los modelos mentales, de los estereotipos socio-culturales, que nos definen tanto en el ámbito de actuación personal, familiar y de grupos, como en lo referente a lo técnico, a las ciencias, y a las demás disciplinas del saber humano.

Como bien lo expresó Víctor Hugo<sup>30</sup>: «Hay algo mucho más poderoso que todas las armas del mundo; y eso es una idea cuyo tiempo ha llegado». Generalmente, esa idea es la punta de lanza de un cambio de paradigmas en las culturas humanas. Y en esta época de cambios globales, dichas ideas –o mejor *categorías de estructuras paradigmáticas*- generan cambios socio-culturales por todo el mundo.

«Cualquier tecnología –o categoría de ideas- suficientemente avanzada es prácticamente indistinguible de lo que llamamos ‘magia’» - Arthur C. Clarke

Dichas *estructuras paradigmáticas*, por ejemplo, permiten al individuo que se apersona de ellas estar en «la onda de avanzada» de la globalización y demás procesos reperfilantes del sistema mundial, y en forma particular el **estudiante exitoso** las utiliza para<sup>31</sup>:

- **Definir propósitos** de largo alcance, por su propia iniciativa, dentro del contexto de su PCV;
- **Empoderar sus talentos**, e involucrándose en el trabajo en equipo, desarrollando en forma positiva sus estructuras actitudinales, sus estructuras de personalidad, haciendo sus actividades cotidianas con entusiasmo y fe, aplicando el proverbio: «lo que de corazón se anhela, indefectiblemente se alcanzará»;
- **Adquirir auto-disciplina**, dirigiendo creativamente sus propios pensamientos y psicoemocionalidad, controlando los eventos de interacción social, y organizando su propio destino, que se inicia –muy especialmente- identificando y controlando los atractores negativos que se configuran como distractores y obstructores de los procesos de estudio/aprendizaje; por el contrario, privilegiando a los atractores positivos que propician y ayudan en los procesos de estudio aprendizaje, en especial a los atractores inspirativos;
- **Reaprender continuamente**, realizando permanentes esfuerzos intencionales para enfocar su atención en el logro de sus objetivos, sacando provecho –incluso-, de las circunstancias frustrantes, de las decepciones y de las adversidades; así se va forjando una férrea autodisciplina y se va templando el carácter;
- **Crear una visión de sus logros**, en sinergia con lo trascendente y las fuerzas cósmicas, haciendo gala de su imaginación y demás energías internas; y diariamente persistir y persistir en dicha visión hasta que logre involucrarla como un funcionalismo inherente en sus estructuras

<sup>28</sup> Parker, Marjorie: «*Creating Shared Vision*», Dialog International, 1990. // Covey, Stephen R.: «*The 7 Habits of Highly Effective People*», Free Press, 1989.

<sup>29</sup> Barker, Joel Arthur: «*Discovering the future : The business of paradigms*», 1992. // Kuhn, Thomas: «*The Structure of Scientific Revolutions* », University of Chicago Press, 1962. // Garreau, Joel: «*Brain Wave of The Future*», Washington Post, Thursday, April 23, 2009. // Guillory, William A.: «*The Science of Consciousness— The Next Scientific Paradigm*», 2009. // Aun Weor, Samael: «*Cambiar la forma de pensar*» (conferencia), en <http://sawzone.org> // Tapscott, Don; Caston, Art: «*Paradigm Shift, The new promise of information technology*», McGraw-Hill, October 1992.

<sup>30</sup> Poeta, novelista y dramaturgo francés (1802 – 1885).

<sup>31</sup> Hill, Napoleon: «*Seeds for Success*», Napoleon Hill Foundation, 2009, <http://www.naphill.org> (Marzo 2012).

internas, logrando así un cambio interior, cuya fuerza plasmará resultados tangibles en la cotidianeidad;

«Mente sana en cuerpo sano»

- **Lograr y consolidar un estado saludable integral**, haciendo realidad en su propia cotidianeidad el aserto milenario de: «*mente sana en cuerpo sano*»; pues la interacción del cuerpo con el trinomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad es sinérgica y afecta a los demás componentes orgánicos del *Capital Natural*;

- **Refinar los procesos de mejora continua**, de autogestión del tiempo y de la parte financiera, minimizando el estrés nocivo.

2

**Sea puntual cuando asiste a clases.** Llegue con unos minutos de antelación al aula de clases (lo recomendable es unos 5 a 10 minutos). Así configura en su aparato perceptual



y en sus estructuras internas un contexto físico y abstracto-simbólico de actuación que usted puede controlar en sus elementos básicos, lo cual le da «*seguridad interior*» y le facilita dirimir las vaguedades cognitivas y psicoemocionales que siempre surgen cuando nos enfrentamos a un territorio nuevo (esto es muy común en las especies animales que «*marcan*» su territorio para tener familiaridad y control). Emplee esos

minutos para:

(a) – **Lograr una ubicación en el aula** (un asiento) acorde con sus estilos de aprendizaje (auditivo, visual, kinestésico, etc.) y con sus talentos, competencias e inteligencias múltiples, con el fin de obtener el máximo provecho del entorno y de los eventos, informaciones, y contexto cognitivo de la clase a realizarse, especialmente para minimizar las restricciones o limitaciones que puedan existir en el entorno físico o cultural-cognitivo;

(b) – una vez en su asiento, **realice una rápida exploración del entorno**, haga unas respiraciones profundas (inhale y exhale lenta y profundamente, haciendo respiraciones abdominales profundas, lo que permite oxigenar mucho mejor el sistema nervioso y el cerebro), y mentalícese de la labor cognitiva que se dispone a realizar;

(c) – dé, ahora, un vistazo, un **repaso apreciativo a sus apuntes** de resumen sobre la temática de la clase, actualice sus mapas dinámicos mentales, o –si prefiere- las telarañas cognitivas dinámicas, de cómo esta serie de eventos cognitivos se ensamblan en la temática que se viene tratando en la asignatura, en su proyecto de vida, y en su futuro desempeño profesional;

(d) – **con sus materiales de estudio a la mano, y con una actitud cognoscente positiva**, dispóngase a participar activamente en ese memorable *evento cognitivo*, inmerso en esta maravillosa aventura del conocimiento humano.

Aprender a ser puntual en todas las actividades y eventos

Hay ciertos hábitos nocivos que impiden u obstruyen el logro de ser **puntual**. Quizás el más común y desastroso para el desempeño personal es el de la *procrastinación*, es decir la inveterada costumbre de dejar todo para después, de postergar. Hay que erradicar este hábito de nuestras estructuras mentales, de nuestras formas de pensar, de nuestra

PsicoEmocionalidad y de nuestros comportamientos cotidianos. Dejar de postergar se logra aplicando las técnicas de *auto-observación psicológica*<sup>32</sup> y «*el poder del ahora*»<sup>33</sup>, enmarcadas – ambas técnicas- dentro de la «*Filosofía de la momentaneidad*».

<sup>32</sup> Aun Weor, Samael: «*Tratado de Psicología Revolucionaria*», «*Didáctica del Auto-conocimiento*», «*La Gran Rebelión*», «*La Revolución de la Dialéctica*», en <http://sawzone.org> (libre descarga en formato PDF; Junio 2009).

La técnica de la *auto-observación psicológica* consiste en dirigir la atención consciente, la luz de la consciencia interior, hacia los propios procesos psicoemocionales y transformar las impresiones entrantes de lo cotidiano y las impresiones almacenadas en el subconsciente. Así se va desarrollando ese maravilloso *sentido interior* llamado **auto-observación**, que normalmente está atrofiado en las personas comunes, precisamente porque los contextos socio-culturales y educativos actuales no les enseñan a los individuos cómo activar y utilizar sus sentidos internos. Pero es posible –para un individuo «*común y silvestre*»- utilizar técnicas específicas, de la tradición, las cosmogonías y la cultura orientales, para activar, poner en funcionamiento, desarrollar y empoderar las facultades internas, y lograr una mayor amplitud y profundidad de las estructuras cognoscentes y conscientes.

Así, se puede detectar, identificar las fuerzas de la inercia que arrastran la voluntad a la inacción y a procrastinar, a las vaguedades cognitivas y a las contradicciones psicoemocionales y mentales que paralizan la iniciativa y la voluntad, a los atractores negativos de la atención que se convierten en distractores y obstructores en el cumplimiento de los horarios, de las citas, de las reuniones y demás compromisos cotidianos.

«La moralidad aislada y exagerada de la religión moderna, que no logra atraer y retener la devoción y lealtad de los hombres y mujeres del presente siglo, se rehabilitaría si, además de los mandatos morales, prestara igual consideración a las verdades de la ciencia, la filosofía y la experiencia espiritual, y a las bellezas de la creación física, el encanto del arte intelectual, y la magnificencia de la auténtica realización del carácter»[Fundamentos universales de todo Conocimiento - o Gnoscere], Libro de Urantia – Capítulo 2 – “La Naturaleza de Dios”, <http://www.urantia.org>

El Poder del Ahora consiste –simplemente- en tener un control eficiente en la agenda diaria y en «*no dejar para mañana lo que se puede hacer ya*». En las actuales sociedades y economías globalizadas, la hiperproductividad y la hipercompetitividad dependen en lo inmediato y en el largo plazo de la generación y apropiación de conocimiento y del procesamiento de informaciones abstractas y complejas en lo cultural y en lo tecnológico: las empresas y los países están organizados en redes de gestión de la producción, la servucción y la distribución; el núcleo de las actividades económicas son –ahora- globales, es decir que tienen la capacidad de operar como un todo en tiempo real, o en un momento seleccionado, a escala planetaria<sup>34</sup>.

**Empoderar las propias competencias y las estructuras internas**

El Poder del Ahora permite actuar en forma eficiente en dichos entornos, empoderándose competencias tales como<sup>35</sup>:

- ♦ El saber aprovechar las oportunidades de aprendizaje continuo. Detectando, caracterizando y aplicando los puntos de apalancamiento – explícitos o subyacentes- que el contexto socio-cultural de actuación ofrece.

- ♦ Utilizar el aprendizaje y el conocimiento para alcanzar los propios objetivos, dentro del Plan Creativo de Vida [PCV], aplicando las Técnicas Básicas del Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo para adquirir hábitos eficaces y eficientes en lo cotidiano, y hábitos saludables de vida, dentro de un estilo de vida sana y de excelencia personal<sup>36</sup> que propende por la salud física, psicoemocional y mental, la felicidad, la longevidad y el servicio desinteresado y continuo hacia los demás.

- ♦ Establecer y enriquecer la sinergia entre el propio aprendizaje y conocimiento con los de la organización, el entorno socio-cultural, y la socio-economía y la tecnología globales.

<sup>33</sup> Tolle, Eckhart: «*The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment*», New World Library; 1 edition, September 27, 1999.

<sup>34</sup> Castells, M.: «*Information technology and global capitalism*», in W. Hutton and A. Giddens (eds.) «*On the Edge. Living with global capitalism*», London: Vintage, 2001. // Gadamer, H-G.: «*Truth and Method*», London: Sheed and Ward, 1979. // Garvin, D. A.: «*Learning in Action. A guide to putting the learning organization to work*», Boston, Mass.: Harvard Business School Press, 2000.

<sup>35</sup> Gilley, J. W.; Maybunich, A.: «*Beyond the Learning Organization. Creating a culture of continuous growth and development through state-of-the-art human resource practices*», Cambridge, Mass.: Perseus Books, 2000. // Habermas, J.: «*The Theory of Communicative Action*», Volume 1, Cambridge: Polity Press, 1984.

<sup>36</sup> Covey, Stephen: «*The 8th Habit: From Effectiveness to Greatness*», Editor: Frog Ltd., 2004. // Covey, Stephen: «*The 90/10 Principle*», 2008.



♦ Habilidades para propiciar entornos y momentos de tensiones creativas, impulsadas por el entusiasmo, la energía enfocada, la imaginación y la innovación, que permiten utilizar en forma inteligente las diversas categorías de atractores inspirativos.

♦ Continuo monitoreo estratégico del entorno para detectar y aprovechar oportunidades, vislumbrar tendencias y disponer del apropiado referenciamiento de actuación<sup>37</sup>. Y este Poder del Ahora está íntimamente relacionado con nuestro propio conocimiento de sí mismos, con nuestro autoconocimiento<sup>38</sup>, que – a su vez- involucra el auto-respecto y la auto-valoría, la auto-imagen y la auto-reflexión, la auto-conciencia y el auto-engrandecimiento de las estructuras internas, la auto-transformación.

*«Una sonrisa de corazón es un signo de Amor, un poderoso transmisor de energías que tienen efectos de calidez, simpatía y de salud, tanto en quien la da como en quien la recibe. En la antigua China, los Taoístas enseñaban que una constante sonrisa interior, una sonrisa hacia sí mismo, aseguraba salud, felicidad y longevidad», The Seven Dalai Lama.*

Esta cita del Séptimo Dalai Lama es bastante oportuna. Pues de todos los juicios que debemos afrontar en la vida –como individuos- ninguno es tan importante como el juicio que debemos afrontar sobre nosotros mismos, ya que dicho juicio gravita poderosamente sobre los procesos nucleares de nuestra existencia: nuestras estructuras internas, nuestros mundos internos. Y en eso radica El Poder del Ahora: en mantener esa vista, esa sonrisa hacia nuestro interior, esa observación consciente, hacia lo más decente que tenemos como humanos, es decir, nuestra «*chispa divina*» que nos anima e impulsa siempre hacia adelante, hacia mayores y mejores estados de consciencia espiritual.

**Nuestro mundo de relaciones: el mundo exterior, el planeta y nosotros mismos (nuestros mundos internos).**

**Hay que realizar de modo diferente lo que siempre hacemos**<sup>39</sup>, tener un enfoque diferente que guíe hacia diferentes perspectivas, ya se trate de llevar la agenda diaria, o de aprender otro idioma, o de resolver problemas cotidianos, de aprender a escribir trabajos o ensayos<sup>40</sup>, o de enrutar la propia vida, o de resolver problemas - humanos o técnicos- complejos. Y estas competencias son cruciales

en el mundo actual, puesto que –como individuos- estamos inmersos en un sinnúmero de redes de relaciones: con personas y grupos, con el planeta, con empresas. Y, allí en la madrugada, cuando despertamos abruptamente y sólo nos encontramos con nosotros mismos, nos damos perfecta cuenta que de todas las relaciones, las más íntima y poderosa – y de la cual no podemos escapar- es la relación con nosotros mismos.

La intensidad y calidad de la relación con nosotros mismos influyen en todos los aspectos y factores que determinan nuestros pensamientos y formas de pensar, nuestras actitudes y motivaciones, nuestras emociones y formas de sentir, nuestras estrategias y estilos de comportamiento. Somos los organismos más complejos sobre este planeta y poseemos diversos niveles de consciencia, pero también tenemos auto-consciencia. Somos la única especie de origen animal que es capaz de plantearse preguntas auto-reflexivas tales como: ¿Quiénes somos? ¿Cuál es nuestro origen? ¿Hacia dónde vamos? ¿Qué es lo que pretendemos lograr? ¿Cuál es nuestro propósito en la vida? ¿Es nuestro comportamiento apropiado para tal o cual contexto socio-cultural de actuación? ¿Estamos orgullosos o compungidos por nuestras

<sup>37</sup> Rumelhart, D. E.; Zipser, D.: «Feature discovery by competitive learning», Cognitive Science, Volume 9, pages 75-112, 1985.

<sup>38</sup> Branden, Nathaniel: «Honoring The Self: Self-Esteem and Personal Transformation», Bantam Books, 1985. // The Seven Dalai Lama: «Meditations to Transform The Mind», University of Calgary, September 2009. // Aun Weor, Samael: «La Revolución de la Dialéctica, Cap. II – Identidad, Valores e Imagen», Mexico, 1985. // Post, Stephen G.: «Unlimited Love: Altruism, Compassion and Service», Templeton Foundation Press, 2003.

<sup>39</sup> O'Hanlon, Bill: «Do One Thing Different: And Other Uncommonly Sensible Solutions to Life's Persistent Problems», William Morrow and Company Inc, New York, 1999. // Bandura, A.: «A social cognitive theory of personality», In L. Pervin & O. John (Ed.), «Handbook of personality », (2nd ed., pp. 154-196), New York: Guilford Publications, 1999. // Christian, David : «Maps of Time: An Introduction to Big History», University of California Press, Berkeley, CA (USA), 2004

<sup>40</sup> Taylor: Gordon: «A Student's Writing Guide: How to Plan and Write Successful Essays», Cambridge University Press 2009.



decisiones y acciones? ¿Nos sentimos felices o infelices por ser quienes somos, por sentir como sentimos, por pensar en las formas en que pensamos, por actuar como actuamos?

Tenemos –como individuos de la especie homo sapiens sapiens- la habilidad de plantearnos y responder a tales preguntas, y actuar en consecuencia. También tenemos la habilidad de elegir y aplicar los métodos más eficientes para lograr nuestros propósitos. Y todas las categorías de factores relacionadas con tal habilidad guían –directa o indirectamente- a los diversos niveles y dimensiones de la autoconsciencia, expresada como auto-valía, el auto-respeto, los auto-valores, la auto-imagen, y la propia identidad<sup>41</sup>.

Y en cada paso que damos por la existencia, debemos afrontar de alguna u otra forma la respuesta a las preguntas:

-¿Estoy haciendo honor a mi propia consciencia, o estoy deshonrando a mi consciencia?-. -¿Me debo a mi mismo, o me debo a otros?-. -¿Es mi propósito principal el de perseguir mi propia felicidad, y el cabal cumplimiento de mis propias potencialidades, o, simplemente, busco complacer los propósitos y las expectativas de otras personas?-. -¿Persigo mi propia visión de vida, o brego por el logro de visiones ajenas? -¿Está mi motivación básica, basada en mi propia valía, o en la valía de otros?-. -¿Baso mis decisiones en mis propios procesos mentales y en mi propio criterio, o en las mentes y criterios de otros?-.

Tales cuestiones tienen un sólido sustrato tanto psicológico y filosófico como ético. Igualmente, es campo de acción de lo sistémico, por cuanto el tipo de relaciones que establezcamos con nosotros mismos afecta las relaciones que tengamos con los demás y con el planeta. Y el tipo de relaciones que se establecen con los demás y con el planeta afecta el cómo nos relacionamos con nosotros mismos. De manera que una ética correcta, basada en la verdad, la belleza y la bondad, bases *sine qua non* del conocimiento, empodera los niveles y calidades de la propia valía y de la autonomía personal, lo que –a su vez- nos lleva a sentirnos bien como seres humanos, con unas estructuras internas sanas. Y esto es un factor crucial a la hora de pretender logros de excelencia en los procesos cognoscitivos implicados –a su vez- en los procesos de estudio/aprendizaje.

De ahí, la urgente necesidad de aprender a «despertar consciencia», pues así podremos dirigir la luz superior de la consciencia hacia el mundo exterior y hacia el mundo interior, balanceando armónicamente la *observación exterior* –base de los funcionalismos socioculturales- con la autoobservación u observación de lo interior – base de todo proceso de autotransformación<sup>42</sup>. Elevar los propios niveles de consciencia, de SER y de SABER, es fundamental y un requisito *sine qua non* (indispensable) para resolver problemas complejos y de alcance global, pues como ya lo planteara Einstein: «Los problemas complejos sólo pueden resolverse en un nivel superior -[en conocimiento y en consciencia]- al nivel en el cual han surgido»<sup>43</sup>.

«Todas las religiones, artes, filosofías y ciencias son ramas del mismo árbol [El Conocimiento]. Todas estas aspiraciones están encaminadas a ennoblecer la vida humana, a elevarla desde la mera existencia física, y a dirigir a los individuos hacia la libertad», Albert Einstein.

<sup>41</sup> Aun Weor, Samael: «La Revolución de la Dialéctica, Capítulo II – Identidad, Valores e Imagen», México, 1985. // Hanna, Robert; Thompson, Evan: «The Mind-Body-Body Problem», Theoria et Historia Scientiarum: International Journal for Interdisciplinary Studies, Volume 7, Issue 1, pages 23-42, 2003. // Searle, John R.: «The Rediscovery of the Mind, Chapter 38 – The Critique of The Cognitive Reason», Cambridge, MA: MIT Press, 1992.

<sup>42</sup> Aun Weor, Samael: «Tratado de Psicología Revolucionaria: Capítulo VII – El Estado Interior; Capítulo XIII – Observador y Observado», «La Gran Rebelión: Capítulo XVIII – El País Psicológico; Capítulo XXV – El Difícil Camino», en <http://sawzone.org>. // Horkheimer, Max; Adorno, Theodor W.: «Dialectic of Enlightenment: Philosophical Fragments», Stanford University Press, 2002.

<sup>43</sup> Harris, Kevin: «Collected Quotes of Albert Einstein», Stanford University, 1995. // Heart, S.F.: «Albert Einstein Quotes», 1997 - 2009, <http://www.sfheart.com/einstein.html>. // Brainy Quote, <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/a/alberteins130982.html>, 2009.

**CASO DE ESTUDIO: La ley de la Cosecha.**

A modo de ejemplo, puede analizarse el video denominado «La Ley de la Cosecha», que se puede ver en las páginas web siguientes:

<http://www.youtube.com/watch?v=RYcVVOey5t4>

¿Cómo puede embonar estas enseñanzas con su Plan Creativo de Vida (PCV)?

Una transcripción del video se presenta a continuación, con algunos aportes adicionales:

«Plantar papa es caro. Y todos quienes plantamos papa sabemos que el factor clave para una buena cosecha es la rotación de la tierra [de los cultivos]. Si un año es malo, al año siguiente nos esforzaremos más, y todos los años que sean necesarios para preparar la tierra. Así, cuando plantamos un campo de papas, que es cara de cultivar, sabemos que hemos cumplido los requisitos para cultivar una papa de calidad Premium [de Excelencia].

Existe cierto espíritu de fraternidad entre los plantadores de papa; pero – evidentemente- también hay una tremenda competencia de “todos contra todos”. Porque nuestros clientes se toman el trabajo de examinar toda la papa almacenada, seleccionando la papa de calidad Premium. Todo el mundo está dispuesto a pagar por una papa Premium. Pero la de baja calidad es muy difícil de comercializar. Por eso tenemos que ser muy serios y tomarnos el tiempo necesario para preparar la tierra, para cultivar la papa. Lo que hacemos es pasarnos dos, tres o hasta cuatro años preparando los campos donde se sembrará papa, y este campo es uno de ellos. Ahora tiene trigo, que no es un cultivo lucrativo, pero es muy bueno para que allí se siembre papa el año próximo.

Todos los preparativos que hacemos –casi diariamente- son para garantizar calidad. Y hay que trabajar duro, porque si no, nadie querrá comprar lo que cosechemos.

Una de las cosas que he aprendido gracias a los años –porque ya no me considero joven- es que la Madre Naturaleza no perdona. Y si violamos sus reglas es terriblemente severa. Aquéllos que tratan de engañarla y luego le ruegan indulgencia, son los que siempre acaban fracasando. Algunos años nos trata gentilmente, pero si apuestas a ella eres un tonto. Debes apostar sólo a tu capacidad de sacar la cosecha antes que Madre Naturaleza te la arrebatte. La tentación de hacer las cosas por el camino fácil nunca desaparece. Pero uno aprende que no se puede. Tenemos que invertir el tiempo, el esfuerzo y el dinero para tener maquinaria y gente preparada, y hacer los sacrificios necesarios para cumplir con todas las fechas.

Nos lleva tres o cuatro años preparar una plantación de papa, y luego tenemos un plazo de tres semanas para levantar la cosecha antes de que la Madre Naturaleza empiece a jugarnos algunos de sus trucos. Tratamos de maximizar el crecimiento. Esperamos todo lo posible antes de cosechar, pero sabemos que estamos jugando con fuego. Evidentemente cuando hemos esperado hasta el límite de tiempo máximo, comenzamos a cosechar la papa. En esa etapa es importantísimo trabajar, no diría noche y día, pero sí 18 horas diarias para anticiparnos al frío que podría destruir la cosecha, aún antes de levantarla. La presión del tiempo es enorme y hay que ser competentes y estar bien preparados para terminar a tiempo, o perder tres o cuatro años de trabajo.

En este negocio se aprenden algunas lecciones, a veces por las malas, y una de ellas es a no hacer trampa a la hora de la cosecha. Todos los adelantos en irrigación, en tecnología, en semillas, en fertilizantes, no substituyen al trabajo. Cada vez que violamos la Ley de la Cosecha – por así llamarla- estamos destinados a fracasar, aunque contemos con los adelantos más modernos.

Intentamos darle el mejor uso posible al equipamiento y a la nueva tecnología de que disponemos. Pero, también aprendimos que nada substituye a una decisión correcta

tomada a tiempo. Y en la preparación, en la cual se debe trabajar con mucha paciencia, es más fundamental que los cambios en la tecnología o en el equipamiento.

A veces, siento que en este país – y seguramente en todo el mundo- cada día es más dominante la mentalidad de que los grandes logros se alcanzan gracias a los avances en la tecnología, en las comunicaciones y en las computadoras, y ya no se considera importante el factor humano. Creo que nada está más lejos de la verdad. Que sólo tendremos éxito si desarrollamos la capacidad de cambiar junto con los tiempos. De estar preparados. De resistir la tentación de hacer trampas en la preparación y el conocimiento. Y creo que si consideramos a la tecnología como un sustituto del trabajo cometemos un grave error.

En el trabajo del campo no tenemos techo sobre la cabeza, y aceptamos lo que la Madre Naturaleza nos da. El buen tiempo no puede almacenarse; hay que usarlo cuando llega. No podemos controlar los elementos [de la Naturaleza], pero nos gusta esta vida: fortalece el carácter de la gente».

Como es una actividad económica que tiene relación con fenómenos naturales, difícilmente predecibles o controlables en forma exacta, lleva al ser humano a una prueba límite, que forja su carácter, le da férreo temple, le permite volverse competente a base de pura y legítima auto-disciplina combinada con el conocimiento, la ciencia, la moralidad, la ética, los principios trascendentes espirituales.

Gandhi decía que hay siete ‘pecados capitales’, entre ellos Riqueza sin trabajo. Cuando hablamos de ‘pecados’, estamos hablando de valores sociales, no de principios. Un principio es una ley natural, universal, autoevidente y siempre efectiva (Covey, “Liderazgo basado en principios”)<sup>44</sup>. En contraste, un valor social es aquella práctica o creencia a la que un grupo dominante de la sociedad le atribuye importancia o preeminencia, haciéndolo un modelo para la mayoría, lo que se concreta como una categoría especial de paradigmas (formas de pensar, sentir, actuar). Como la ética está basada en principios y no en valores sociales, el antídoto para estos ‘pecados’ es hacer evidente el compromiso con actitudes basadas en principios y leyes naturales, y no en valores sociales (paradigmas socio-culturales).

Según Covey<sup>45</sup>, Riqueza sin trabajo se refiere a la «práctica de intentar lograr algo a cambio de nada. Eludir trabajar para producir un valor agregado; hacer dinero sin pagar impuestos, beneficiarse de programas gubernamentales sin asumir una justa porción de las cargas financieras; disfrutar de los privilegios de ser ciudadano de un país o parte de una empresa sin asumir ninguno de sus riesgos o responsabilidades».

«Tratar de lograr excelencia académica sin emplear los métodos eficientes del trabajo intelectual y sin valores morales y espirituales». Y remata: «sólo se cosecha lo que se siembra y se cuida durante su crecimiento». Y esto es totalmente válido tratándose de cultivar papa, o cualquier otro producto de la tierra, de trabajar en una empresa o por cuenta propia, de estudiar una carrera universitaria. En la figura siguiente se presenta un mapa mental<sup>46</sup> que puede sintetizar los principales conceptos involucrados en el video descrito.

Cuando se trata de los procesos de estudio/aprendizaje la naturaleza tiene mecanismos muy bien definidos, expresados como formación de trayectorias neuronales y estados psicoemocionales y mentales, que requieren un periodo –varias semanas o meses- de incubación y de madurez. Tratar de hacerle trampa a la naturaleza, forzando la máquina,

<sup>44</sup> Covey, Stephen: «Liderazgo basado en Principios», Editorial Paidós, México, 1993.

<sup>45</sup> Covey, Stephen: «El Octavo Hábito: de la eficiencia a la grandeza», Paidós, México, 2004.

<sup>46</sup> Mapa mental diseñado y elaborado por el autor de la presente documentación. Se empleó el software (freeware) SmartDraw, <http://www.smartdraw.com>.



estudiando de un día para otro, con miras de simplemente ganar un examen, trae casi siempre como resultado el fracaso en lo que se pretende lograr. Y con unas consecuencias nefastas<sup>47</sup>:



Mapa mental sobre el video «La Ley de la Cosecha»: lecciones de liderazgo y de gestión de un cultivador de papas. P.A.P.A. = Promedio Académico Ponderado Acumulado.

- Destruye decenas de millones de neuronas<sup>48</sup>, es decir se atenta directamente contra uno de los componentes nucleares de nuestro Capital Natural. Según ciertos estudios, dentro de las disciplinas de las ciencias cognitivas, entre 60 millones y 90 millones de neuronas se destruyen cuando se intenta estudiar a última hora (uno o dos días antes) para presentar un examen, o un trabajo, o presentar un proyecto (incluso con «*trasmochada a bordo*»).
- Se incrementa a altos niveles el estrés y la ansiedad, potenciando los factores ansiógenos personales, lo cual repercute minando el sistema inmunológico, lo que –a su vez- predispone a ser presa de numerosas enfermedades.
- Se carece de logros cognitivos de envergadura, de largo alcance, puesto que esta práctica hace que se requiera cada vez más tiempo y esfuerzo para estudiar un tema, pero cada vez se aprende menos. Las facultades superiores del ser humano se atrofian aún más.
- Los niveles de aprendizaje efectivo de largo alcance son inexistentes, por cuanto sólo se privilegia la memoria de corto plazo, de modo que al terminar el examen, la presentación del trabajo o proyecto, cerca del 90% de lo aprendido a las carreras, simplemente, desaparece

<sup>47</sup> Posner, Michael I.; Rothbart, Mary K.: «Educating the Human Brain», American Psychology Association, Washington, 2007. // Wilson, Robert A.; Keil, Frank C. (eds.): «The MIT Encyclopedia of The Cognitive Sciences», The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, 1999. // Roco, Mihail C.; Bainbridge, William S. (eds.): «Converging Technologies for Improving Human Performance», National Science Foundation, USA, 2002. // Gazzaniga, Michael S. (editor in-chief): «The New Cognitive NeuroSciences», Second edition, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 2000. // Crane, Tim: «The Mechanical Mind: A Philosophical Introduction to minds, machines and mental representation», Second edition, New York, Routledge, 2003.

<sup>48</sup> Copani, Agata; Nicoletti, Ferdinando: «Cell-cycle mechanisms and neuronal cell death», Springer, 2005. // Patesta, Maria A.; Gartner, Leslie P.: «A Textbook of Neuroanatomy», Blackwell Publishing, 2006.



de las estructuras y redes neuronales. Una hora después, gran parte del aprendizaje remanente desaparece. A las 24 horas, sólo un 1% a 5% se retiene. Lo cual configura una pérdida de tiempo y de esfuerzo, y una ineficiencia en los procesos de estudio/aprendizaje.

El ejercicio que puede efectuarse consiste en:

**EJERCICIO SUGERIDO:**  
**La ley de la Cosecha.**

♦ Escuchar el video varias veces, leer la transcripción, estudiar el mapa mental, y tratar de conceptualizar, interiorizar la estructura de principios, valores y técnicas que este sencillo ejemplo proporciona.

♦ Elaborar un propio mapa mental, o conceptual, o una telaraña cognitiva sobre el tema expuesto.

♦ Iniciar la aplicación de dichos principios, valores y técnicas; puede escogerse una o dos, que se considere pueden las más exitosas para nuestro caso particular; persistir en dicha aplicación, evaluación y retroalimentación, durante 21 días; llevar un estricto control al respecto, anotando los resultados.

**3**

**Aplique técnicas eficientes para tomar apuntes que realmente ayuden al aprendizaje.** El objetivo es aprovechar lo mejor posible el tiempo de permanencia en la clase. Para lograr este objetivo:



(a) - concéntrese en el discurso del expositor, analizando y comparando el ritmo y la secuencia de los temas expuestos con el resumen –el mapa mental dinámico- que usted ya ha hecho de los tópicos principales de la clase, ayúdese con el material impreso de la clase que usted ya ha preparado;

(b) – aplique técnicas superiores de toma de apuntes como los mapas mentales, los mapas conceptuales, los mapas dinámicos mentales, las telarañas cognitivas, los diversos tipos de diagramas, mediante las cuales se aprovecha al máximo el tiempo de la clase, se maximiza la comprensión de los temas escuchados, y se pone en actividad las facultades superiores (intuición, imaginación,

creatividad, innovación);

(c) – de ser posible participe con preguntas y aportes, o en todo caso anote las preguntas o dudas que se le ocurran para plantearlas después al expositor (verbalmente al final de la clase, en el tiempo de asesoría o por email);

(d) – aplique algunas técnicas de bioretroalimentación, cada 30 o 40 minutos, para mitigar el cansancio, o el aburrimiento, o el decaimiento en el nivel de atención, como por ejemplo la respiración abdominal que puede practicar incluso sentado, y participe activamente en los “*breaks psicoemocionales*” que el expositor propicia, precisamente, para lograr los mejores beneficios de sus explicaciones, con lo cual se pretende hacer participar en los procesos cognoscentes, la actividad de los dos hemisferios cerebrales: el izquierdo que es lógico, analítico, y el derecho que es emocional, imaginativo e intuitivo, y con cuya interacción sinérgica se fijan –en las redes neuronales- mejor los conceptos de un tema específico;

(e) - así podrá mantener alto el nivel de atención y concentración, lo cual le permitirá minimizar el efecto adverso de distractores y obstrutores del aprendizaje.

**Atractores  
negativos de la  
atención**

Generalmente, se presentan ciertos eventos atractores de la atención que se convierten en distractores o en obstrutores del proceso de estudio/aprendizaje que debe darse en cada clase, o sesión cognitiva (sea

presencial en una aula, o sea en forma de un curso online), ante los cuales es preciso estar alerta para poder identificarlos y erradicar su acción anti-cognitiva. La situación más frecuente es la desatención, durante ciertos lapsos de la clase, lo cual hace que no se tenga continuidad en la concentración y se pierda el hilo de la temática expuesta, con lo cual se configura una pérdida de tiempo, un desgaste frecuente del esfuerzo y la estadía en la clase, lo que –a su vez- se refleja en un aprendizaje deficiente y en el refuerzo de hábitos nocivos de tipo mental y psico-emocional. Para contrarrestar esta situación es necesario desarrollar la capacidad de concentración.

**La concentración -enunciada simplemente- es la capacidad de centrar y sostener la atención en un objetivo o evento específico.** En los casos extremos de déficit de atención es preciso la consulta y tratamiento con los profesionales médicos respectivos.

Varias son las técnicas mediante las cuales se puede aumentar y mejorar la capacidad de concentrarse. Pero cualquiera sea la técnica empleada, el logro final es el resultado de un proceso gradual, efectuado día a día, con persistencia, mediante un esfuerzo intencionado de alcanzar logros. Aquí también intervienen la autodisciplina, la constancia y el tesón puesto en el logro de una meta específica: aumentar y mejorar la concentración.

Aunque varias técnicas específicas se explican en varios capítulos posteriores, en este resumen se puede sugerir la siguiente técnica:

#### **Ejercicio práctico**

**1º) - empiece separando cada día**, preferentemente a la misma hora, un espacio y unos minutos para usted mismo(a). Se sugiere empezar con unos 15 a 20 minutos e ir aumentando cada semana los minutos hasta alcanzar una hora (60 minutos), por lo menos. Expresamente manifieste a las personas que conviven con

usted, que bajo ninguna circunstancia sea molestado(a) durante el tiempo que se dedica a la práctica. Se recomienda apagar teléfonos y cualquier otro tipo de posibles distractores (tv, celulares, radios, etc.).

**2º) – Adoptar una posición cómoda (asana)**, que puede ser sentado, o recostado, pero en la cual se pueda controlar el estado de somnolencia para no quedarse dormido(a).

**3º) – Relajar el cuerpo** empezando desde las puntas de los pies y llegando hasta la cabeza. En dicho recorrido imaginar vívidamente que cada parte del cuerpo, cada músculo, se relaja; dar órdenes específicas a cada parte del cuerpo. Así, también, se empieza a mejorar la imaginación; también es conveniente lograr un estado mental no-reactivo; para ello trate de poner el opuesto a cada imagen, idea u evocación que aparezca en la pantalla del intelecto. También se recomienda darle órdenes explícitas y autoritarias a la mente, con el fin de que no utilice en forma desgastante y conflictiva la pantalla del intelecto.

**4º) – Fijar la atención en el corazón** – chacra cardíaco – imaginando vívidamente que allí hay



un paisaje tranquilo. Puede ser un atardecer junto al mar en calma, o en las orillas de un lago. Hay aves nadando y volando. Un viento suave mece los ramajes de los árboles. Las nubes tienen hermosos colores tornasolados. Se escucha una música suave, preferiblemente clásica (Beethoven, Chopin, Bach, etc.). Y usted está ahí, saboreando el instante, diciéndose a sí mismo(a) repetidamente: “*mi concentración es excelente*”, con lo cual está

aplicando técnicas de programación neuro-lingüística que actúan sobre el inconsciente. Aunque es normal sentir algo de somnolencia (sueño), la clave está en no dejarse dominar por el sueño (de ahí la importancia de una posición cómoda, pero que no sea en extremo relajante) y sostener el estado de somnolencia o de sopor con la atención puesta en el paisaje tranquilo.

#### **Desarrollo de la Intuición**

Con este ejercicio también se desarrolla la intuición, lográndose –entonces- un múltiple efecto: concentración, imaginación consciente, intuición, autodisciplina, automotivación, disminución del estrés, activación de las potencialidades internas. Y adicionalmente es una gran ayuda para

disminuir el nivel de actuación de los factores ansiógenos (que causan ansiedad, irritabilidad), generar endorfinas (relajantes naturales del cerebro) y lograr una actividad más eficiente de nuestro aparato perceptual<sup>49</sup> (cuerpo físico-vital, mente/cerebro/psicoemocionalidad, voluntad, alma consciencia).

Un efecto muy benéfico es una mayor capacidad de formar redes neuronales complejas, pues diferentes «chispazos» sobre ideas arquetípicas, conceptos superiores trascendentales, pueden desencadenarse, ayudando a la creatividad y a la solución de problemas complejos, difíciles de abordar, identificar, caracterizar, parametrizar y resolver con técnicas tradiciones del simple cerebro izquierdo (en las que precisamente se basan los métodos psicopedagógicos de los actuales sistemas educacionales a nivel internacional).

Y es que otra de las salutíferas consecuencias del ejercicio expuesto, cuando se hace con disciplina en forma constante, es el desarrollo de la puesta en actividad de las extraordinarias capacidades inherentes el cerebro derecho, profundamente intuitivo, relacionado con lo socio-cultural y la inteligencia socio-emocional y las competencias relacionadas con la creatividad y la interacción humanas. Y esto es especialmente ventajoso puesto que el éxito profesional y socio-cultural está determinado en un 85% por las estrategias, estilos de liderazgos y de gestión correspondiente a los factores, competencias y procesos cognitivos/conscientes de la Inteligencia socio-emocional; y sólo un 15% lo determinan los factores técnicos<sup>50</sup>, por sí mismos.

**85% del éxito profesional lo determina la Inteligencia socio-emocional**

Otro de los beneficios del ejercicio propuesto es el de minimizar o erradicar las nefastas consecuencias de la «*mentalidad borrega*» -basada en la fría lógica de lo racional/intelectual y en la rígida ortodoxia paradigmática- a través de la cual los individuos carecen de proactividad, de creatividad, de competencias relacionadas con los más altos valores y atributos del espíritu humano. Con tal mentalidad –estructuras paradigmáticas- las personas sólo hacen lo que la neuroprogramación socio-cultural les ha implantado en la psiquis, convirtiendo a los grupos humanos en simples «*entidades consumistas*», sin capacidad de autocritica, sin entrever –siquiera- que la mencionada neuro-programación cultural está tan arraigada en nuestros automatismos psicoemocionales que define todo nuestro quehacer cotidiano, todas nuestras formas de pensar y de sentir, de comer y de beber. Tales acondicionamientos culturales nos convierten en verdaderos robots orgánicos. Aunque los entornos socio-culturales y los sistemas educacionales logran –después de un arduo y dispendioso proceso que toma unos 5 lustros, en promedio- integrarnos a la convivencia en comunidad, en forma más o menos civilizada, sus efectos nocivos sobre la psiquis, la mentalidad, y demás estructuras internas de los individuos se pueden resumir en<sup>51</sup>:



**(1º) – Se nos quita la capacidad de asombro**, o esa maravillosa capacidad de percepción instantáneas de las verdades cósmicas, base de todo aprendizaje acelerado del infante en sus primeros

<sup>49</sup> Álvarez-Montoya, William: «Técnicas Básicas de Empoderamiento Cognitivo», 2009, descargar libremente en formato PDF de: <http://www.scribd.com/doc/8913647/WAM-to-Cognitivo-Parte-1>.

<sup>50</sup> Goleman, Daniel: «La Inteligencia Social: La Nueva Ciencia de las Relaciones Humanas», 2007. // Goleman, Daniel: «Inteligencia Emocional», Editorial Kairós, Junio 2001. // Thorndike, R.K.: «Intelligence and Its Uses», Harper's Magazine, Volume 140, pages 227-335, 1920. // Gardner, H.: «Frames of Mind». New York: Basic Books, 1983. // Smith, M. K.: «Howard Gardner and multiple intelligences», The encyclopedia of informal education, 2002-2008, en <http://www.infed.org/thinkers/gardner.htm> (Agosto 2009). // Payne, W.L.: «A study of Emotion: developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire», Dissertation Abstracts International, Volume 47, p. 203A, 1986 (University microfilms No. AAC 8605928).

<sup>51</sup> Aun Weor, Samael: «Didáctica del Autoconocimiento: Cap.5 – Imaginación y Fantasía, Cap.6 – Las representaciones de la mente; Cap.7 – La organización de la psiquis », 1ª edición, Ediciones DeCarf, Barcelona, España, 1980. // Aun Weor, Samael: «Tratado de Psicología Revolucionaria: Cap.15 – La Individualidad, Cap.17 – Criaturas mecánicas; Cap.30 – El Centro de Gravedad Permanente», 1ª edición, Bogotá (Colombia), 1975. // Aun Weor, Samael: «Revolución de la Dialéctica: Cap. I – La Dinámica Mental, Cap.II – Imagen, Valores e Identidad», 1ª edición, México, 1985. // Smart, John C. (editor): «Higher Education: Handbook of Theory and Research, Volume XXII», University of Memphis, Published by Springer, The Netherlands, 2007 (Chapter 4 - 'Outsiders', Student Subcultures, and the Massification of Higher Education; Chapter 11 - Marketing Sameness: Consumerism, Commercialism, and the Status Quo). // Hamel, Gary: «Leading The Revolution», Harvard Business School Press, 2000.



años de vida, y por ende lo más selecto y excelso correspondiente a la creatividad auténticamente humana;

(2º) – Se nos desarrolla excesivamente la mente sensual, racional intelectual, deteriorándose en dicho proceso los funcionalismos universales de la mente interior, de la imaginación consciente, de la memoria creativa dinámica; por el contrario, adquirimos una mente fantasiosa y una imaginación mecánica, ambas marcadamente egotistas;

(3º) – Se nos falsean los centros (chacras) de la máquina orgánica, sacrificándose –así- el desarrollo armonioso de los sentidos internos y de los centros superiores del ser humano (centro mental superior, centro emocional superior);

(4º) – Se nos desarrolla una falsa personalidad, la personalidad kalkiana, que es egoica y propende siempre por el individualismo extremo, la codicia y el ansia desmesurada de poder, lo que no permite el crecimiento y empoderamiento de la solidaridad y sentido comunitario innatos –que muestran los niños- base de toda civilización superior;

(5º) – Se nos falsean las bases cognoscentes y conscientivas de nuestra herencia superior, hasta el punto que los funcionalismos neuronales utilizados por el común de los individuos son mínimos (se habla en medios académicos y científicos que sólo utilizamos un 10% a 20% de nuestro potencial neuro-cognitivo, pero por lo que se observa en el mundo es de acaso un 2% ó 3%, coincidente con el iceberg cognitivo/conscientivo<sup>52</sup>, lo que implicaría que de los 150000 millones de neuronas y otras células cerebrales disponibles al nacer, escasamente utilizaríamos unos 3000 a 4500 millones; además, el capital neuronal inicial puede llegar a tener la asombrosa cifra de  $10^{800}$  conexiones, con lo cual nos cabría la información de todo el universo conocido –de aproximadamente  $10^{120}$  átomos- y nos sobraría capacidad).



Como consecuencia general de tales falencias en la cultura y en lo educacional, se instaura una especie de «*castración intelectual*» dentro de un proceso mucho más amplio de «*castración cognitiva/conscientiva*» de las psiquis de los individuos. El **estudiante exitoso** se apersona de estas paradojas y contradicciones del sistema mundial y proactivamente toma las medidas del caso, para lograr contrarrestar tan nefastas consecuencias que gravitan negativamente en los procesos de estudio/aprendizaje. Entre dichas medidas se tiene:

- Cultivar en forma autodidacta las filosofías y principios que permiten empoderar las estructuras internas, en lo cognitivo, en lo psicoemocional y volitivo, y en lo conscientivo. Hay que recurrir a las metodologías autodidactas porque explícitamente pareciera que al *sistema* no le interesara empoderar cognitiva y conscientivamente a los individuos, en toda su real magnitud.
- Identificar y aprovechar los puntos subyacentes de apalancamiento con miras a aplicar las diversas instancias de la ley de la palanca.
- Desarrollar las destrezas de la inteligencia socio-emocional que permitan interactuar y medrar exitosamente en los grupos y contextos de actuación.
- Iniciar los procesos avanzados de auto-transformación que implica La Revolución de la Consciencia, para erradicar de los mundos internos individuales todas esas «zonas erróneas», todos esos defectos psicológicos.

<sup>52</sup> El **iceberg Cognitivo /Conscientivo** establece que sólo hay un 2% ó 3% de consciencia despierta (aunque no siempre activa en todos los individuos), y el 97% ó 98% es subconsciencia, inconsciencia, infraconsciencia. También se le aplica al análisis organizacional y –entonces- se denomina el *iceberg organizacional*, según el cual un 97% a 98% de la cultura organizacional es de «sótano» (subyace a la organización formal). // **Aun Weor**, Samael: «*La Gran Rebelión: Cap. VII – La Dialéctica de La Consciencia*», Bogotá (Colombia), 1975.

**Hay que aprender a ser auto-didacta (aprender por sí mismo). Aprovechar los atractores inspirativos.**

Si se tiene constancia, persistencia disciplinada, y esfuerzo inteligentemente enfocado, en las prácticas mencionadas, se va a desarrollar –igualmente- la capacidad de ser autodisciplinado(a), característica básica del individuo autoregulado, autocontrolado, atributo que es especialmente útil para la interacción socio-cultural, para la resolución racional y pacífica de conflictos base de la convivencia pacífica y de altos logros, para la interacción socio-emocional inteligente y para la adaptación a un grupo humano específico dentro de un contexto socio-cultural, económico, político y cognitivo dentro del cual se participa.

Esta es una de las prioritarias categorías de factores que el **estudiante exitoso** descubre y aprovecha –en forma proactiva- en sus procesos de estudio/aprendizaje para lograr resultados de alto desempeño, de talla mundial, identificando y aprovechando los atractores inspirativos que guían a desempeños superiores y a empoderar los talentos y competencias (por ejemplo, está documentación puede constituirse en un conjunto de atractores inspirativos; también, el desempeño sobresaliente de algunos/as compañeros/as, y/o de otros personajes, de quienes se puede imitar sus métodos – y mejorarlos- que les dan resultados de excelencia).

*«El desafío religioso de la presente era corresponde a aquéllos hombres y a aquéllas mujeres, individuos visionarios, progresistas, y de discernimiento espiritual, que se atreven a construir una nueva y atrayente filosofía de la vida, a partir de los ampliados y exquisitamente integrados conceptos modernos de verdad cósmica, belleza universal y bondad divina. Esta visión nueva y recta atraerá lo que es bueno en la mente del ser humano e impulsará todo lo mejor del alma humana. La verdad, la belleza y la bondad son realidades divinas, y a medida que el hombre ascienda la escala del vivir espiritual, estas cualidades supremas del Eterno se harán cada vez más coordinadas y fusionadas en Dios, que es Amor», «El Libro de Urantia, Capítulo 2 – La Naturaleza de Dios», en*

4

**El estudio extraclase debe ser frecuente, metódico y con objetivos claros**, que permitan ir más allá de los temas básicos que en cada clase se exponen. Varios son los factores a considerar en este punto:



(a) - Para que el estudio extraclase en grupo dé excelentes resultados, ha de estar precedido de una excelente preparación individual de cada uno de los integrantes del grupo de estudio; el estudio en grupo jamás debe tomarse como un sucedáneo (reemplazo) del estudio individual;

(b) – tal preparación individual se inicia momentos después de la finalización de cada clase, mientras usted se dirige a otra clase, o a realizar otras actividades, ha de realizar un repaso apreciativo con base a los diagramas, mapas mentales, mapas conceptuales, o cuadros sinópticos, que usted ha elaborado en la clase; aquí es donde se aprecia en toda su magnitud la superior ventaja de la técnica de mapas dinámicos mentales,

telarañas cognitivas dinámicas, que permite realizar el repaso apreciativo en muchas circunstancias (haciendo fila, mientras se viaja en un vehículo como pasajero, en espera de iniciar otras actividades, etc.), este repaso vívido permite reforzar las trayectorias neuronales que afianzarán el aprendizaje de calidad, reforzando también la memoria de los temas repasados, transfiriéndolos de la memoria de corto plazo –cuyo rango se mide en unos pocos segundos o minutos- a la memoria intermedia –de varios días-, y posteriormente de ésta a la memoria de largo plazo –que es el auténtico aprendizaje-;

(c) – cuando intente repasar una clase, aplique la **retrospección creativa** que le permitirá – igualmente- un refuerzo adicional de las vías neuronales; el ejercicio retrospectivo consiste en revisar los eventos experimentados del momento actual hacia atrás, explorando, indagando,

reflexionando sobre los temas, los conceptos y demás aspectos cognitivos de una *sesión cognitiva* (clase); se puede combinar con el ejercicio práctico del numeral anterior para extraer informaciones valiosas de las *sesiones cognitivas* a las cuales se asiste;

**(d) – el lugar de estudio debe estar exento de distractores u obstructores del aprendizaje**, tener buena iluminación y circulación del aire, y se debe tener a mano todos los materiales de estudio con el fin de minimizar las interrupciones (por la búsqueda de los materiales); si se utiliza música, ésta debe ser música de fondo, suave, y la más recomendada es la música clásica (véase la técnica de músico-terapia).

El estudio extraclases ha de programarse semana a semana. Cada Domingo en la noche, o el Lunes temprano en la mañana, usted ha de realizar la programación semanal de las sesiones extraclase, tanto a nivel individual como de grupo. El grupo de estudio debe estar conformado por unas 3 a 7 personas; y deben ser personas que nos ayuden a elevarnos en nuestros logros académicos. El **estudiante exitoso** rehuye los grupos integrados por compañeros desgreñosos, que no saben estudiar, imbuidos de los laxos comportamientos que implica la «*social bacanería*», porque lo que se logra con tales grupos es una real pérdida de tiempo y la obtención de un desempeño mediocre.

Las competencias de trabajo en grupo se logran con la persistencia y un enfoque sistemático. A este respecto se configura como un atractor inspirativo ese famosísimo poema titulado «**Trabaja y Persevera**»<sup>53</sup>.

Este poema se lo aprendió el autor del presente texto, en segundo elemental (grado 2º de la primaria, hace más de 51 años), en la Escuela Jorge Ortiz Rodríguez –sector La Floresta- en la ciudad de Medellín, Colombia, guiado y motivado por su profesora «Bety» (¡¡¡ Oh mi profesora «Bety» de segundo elemental, la de ojos tan azules como el mar !!!). Y desde entonces persiste en mis trayectorias neuronales, y en mi mente, y en toda mi psicoemocionalidad, como atractor inspirativo motivacional.

**TRABAJA Y PERSEVERA**

*«Lo que no logres hoy quizás mañana lo lograrás. No es tiempo todavía. Nunca en el breve término de un día madura el fruto ni la espiga grana.*

*No son jamás en la labor humana vano el afán ni inútil la porfía, el que con FE y VALOR lucha y confía, los mayores obstáculos allana.*

*Trabaja y persevera que en el mundo no hay nada rebelde ni infecundo para el PODER de DIOS o el de la IDEA. Hasta la estéril y deforme roca es manantial cuando Moisés la toca o estatua cuando Fidias la golpea».*

Han sido muchísimos los momentos en que reiterativamente se ha recurrido a estos versos para hallar la inspiración, la guía a seguir, incluso en circunstancias muy adversas.

He, ahí, la labor maravillosa de la poesía y del poeta: de la candente y cruda prosa cotidiana extrae la esencia motivadora que pulsa

las cuerdas de la lira anímica e inspira, inspira, inspira... (¡¡¡ Oh mi profesora «Bety» de segundo elemental, la de ojos tan azules como el mar!!!)...

<sup>53</sup> Poema de Manuel Sandoval (11 Febrero 1899 – 18 Abril 1977), poeta mexicano.





La salud de los circuitos neuronales y demás componentes cerebrales y del sistema nervioso es crucial para un buen desempeño cognitivo (imagen ampliada millones de veces de un grupo de neuronas sanas en un cerebro humano).

5

### Es necesario cultivar hábitos saludables de vida que guíen a un aprendizaje de calidad.

(a) – Evite sustancias estimulantes, pues tienen efectos dañinos irreversibles sobre las neuronas y el sistema nervioso (nicotina, alcohol, y otras drogas), incluso las sustancias que se utilizan para mantenerse despierto y activo cuando se intenta preparar exámenes de un día

para otro, o en tiempos muy cortos;

(b) – preocúpese por una nutrición que efectivamente ayude al aprendizaje (si es necesario, recurra a la ayuda de profesionales en nutrición), evitando permanecer largos periodos sin ingerir alimentos, lo cual podría predisponer a variados desórdenes orgánicos (hipoglicemia, anemia, desnutrición, etc.), a la “quemadura” de neuronas y demás células cerebrales, y a un excesivo estrés sobre el sistema nervioso y la PsicoEmocionalidad, todo lo cual repercute negativamente en los procesos de estudio/aprendizaje, y configuran un nefasto círculo vicioso: hay que esforzarse cada vez mucho más por aprender, pero cada vez se aprende menos y se afecta negativamente el Capital Natural;

(c) – apersónese de técnicas superiores que le permitan tener unos métodos eficientes de estudio: aunque en capítulos posteriores se estudiarán en detalles dichas técnicas, es conveniente comenzar a apersonarse de ellas, elaborando y aplicando un plan creativo de vida, desarrollando habilidades superiores que le permitan utilizar mucho mejor la memoria, aprendiendo y aplicando sobre la gestión eficiente del tiempo, sabiendo concretar en la vida práctica las técnicas de la gestión inteligente del estrés, conociendo y desarrollando sus estilos de aprendizaje que estén en armonía con sus talentos y competencias naturales, sintonizándose con los más altos ideales del espíritu humano que le permitirá redefinir un contexto de relaciones de altísima calidad centradas sobre temas trascendentes, motor de logros superiores;

(d) – haga ejercicio físico frecuente en la semana (3 ó 4 sesiones –de Lunes a Domingo- de media hora son preferibles a una única sesión de dos o tres horas un fin de semana): aprenda y aplique el método peripatético (caminata apreciativa), o ejércitese en la bicicleta, o haga trote ligero, o aeróbicos, o haga gimnasia, o aprenda técnicas como el taichí o el Falun Dafa, o el yoga, etc., mediante las cuales puede desestresarse, mejorar la salud orgánica, psicoemocional y mental, y aumentar su rendimiento personal; también es muy conveniente aplicar en la rutina diaria algunos ejercicios de biorrealimentación positiva que ayudan a mantener constante el esfuerzo, el interés, y el desempeño efectivo;

#### Técnicas de la Asepsia mental

(e) – apersonarse y aplicar técnicas de “Asepsia Mental” y psicoemocional puede ayudar a clarificar situaciones debidas a la acción de nuestras “zonas erróneas” (defectos de personalidad), o a nuestros defectos de tipo psicológico; las técnicas de autocuidado, autoconocimiento y del despertar de la consciencia son muy recomendables.

Las técnicas de la “asepsia mental” están dentro de la inteligencia introspectiva y también se relacionan con la Inteligencia socio-emocional que permiten el conocimiento de sí mismo, y es el punto de partida del «*perfeccionamiento moral del hombre y además el principio general de todas las ciencias*»(manifestado por Platón)<sup>54</sup>. “Administrar tu mente es administrar tu vida”,

<sup>54</sup> Kokinda, Susan: «La importancia de Platón hoy: Los diálogos de Platón, la tragedia de Atenas y el dominio complejo», 2006.



premisa básica de la «Asepsia Mental». Hay que cuidar la mente y sus funcionalismos universales, nutrirla y cultivarla diariamente, tomar conciencia del enorme poder de la mente, y enfocar dicho poder para obtener nuestros logros más preciados y para transformarnos radicalmente. De los 60.000 pensamientos diarios, que en promedio tienen las personas, muchos -quizás excesivo, un número mayor que el 90%- son negativos<sup>55</sup>. Acabamos convirtiendo nuestra mente en un vertedero de energía tóxica<sup>56</sup>.

Introducimos a nuestras mentes en círculos viciosos de razonamientos negativos, emociones negativas. Un apego a lo negativo que nos perjudica en el trabajo, la vida familiar, en el desempeño personal con eficiencia. ¿podemos recurrir a técnicas de autocontrol? ¿son eficaces estas técnicas? La premisa de partida de las técnicas de la «asepsia mental» es que no importa lo que te ocurra en la vida, en tu trabajo, puesto que tienes la capacidad de elegir libremente tu reacción. La **autoayuda** parte también de un principio de lucha, de superar el dolor -para superarlo hay que experimentarlo- y en la base de que en todo hay una lección que aprender, tener la voluntad de ser arquitecto de tu propio futuro, atreverse a soñar, y a soñar en grande.

En el "**viejo arte del liderazgo**", el éxito externo comienza por el éxito interno; por la autosuperación y expansión personal, por la autotransformación de todas las estructuras internas. Plantea una interesante cuestión: *¿cómo puede nadie dirigir un proyecto, una empresa, si no puede dirigirse a sí mismo, su propia vida, sus propios logros de estudio/aprendizaje?* En realidad, la inteligencia socio-emocional nos debería permitir forjarnos un carácter sólido, desarrollar fortaleza mental, vivir con entusiasmo y coraje.

Comprende tus miedos y debilidades, entiende su funcionamiento. Recuerde: «**La Comprensión es la Fuerza Activa más poderosa del universo**». La soledad apreciativa, el poder del cuidado físico bien entendido, el saber respirar bien para proporcionar más y mejor oxigenación a la sinapsis neuronal, al sistema nervioso y a todos los sistemas orgánicos, la relajación anti -estrés, la correcta alimentación, la adecuada hidratación, el sol, la naturaleza, el sensibilizarse con los más altos ideales del espíritu humano, conforman una profunda y efectiva *Filosofía de Vida*. Es una *Filosofía de Vida* aplicable a los procesos laborales y de estudio/aprendizaje, e -igualmente- a la vida familiar, tan perjudicada por los impactos negativos que proceden de la vida laboral de ejecutivos y directivos sometidos a estrés y marcados por un exceso de presión mental que les lleva a escasos niveles motivacionales.

El **liderazgo y la motivación**<sup>57</sup> empiezan por la capacidad de autocontrol que podamos tener de nosotros mismos. Son unas técnicas que aconsejamos leer y trabajar con entusiasmo; recomendadas para todas las personas que deseen cambiar y mejorar la psicología de sus relaciones socio-culturales, laborales y su desempeño personal y académico. Son una auténtica alternativa para todas aquellas personas que confían en sí mismas y en activar, desarrollar y empoderar sus talentos internos, y actúan proactivamente y con autodisciplina, para obtener logros de talla mundial.

**¿Podremos adquirir suficiente capacidad de autocontrol, de autodomínio, para desarrollar una actitud permanentemente positiva en nuestra mente y en nuestra psicoemocionalidad para ser más efectivos en lo que hacemos?** El conocimiento acumulado de las últimas seis décadas sobre liderazgo y motivación, ciencias cognitivas y coaching estratégico, sobre auto-ayuda y dinámica

<sup>55</sup> En su obra «Revolución de la Dialéctica», en el capítulo de la «Dinámica Mental», El V.M. Samael Aun Weor afirma que el 99% de nuestros pensamientos son negativos (véase <http://sawzone.org>).

<sup>56</sup> Sharma, Robin S.: «El Monje que vendió su ferrari», Plaza y Janés editores, México D.F., Marzo 2003.

<sup>57</sup> Palus, Charles J.; Horth, David M.: «The Leader's Edge: Six Creative Competencies for Navigating Complex Challenges», Jossey-Bass/The Center for Creative Leadership, 2002.

de sistemas, sobre neuroanatomía, desarrollo personal y gestión estratégica, afirman que **sí es posible**<sup>58</sup>. Y tal posibilidad puede resumirse en las **categorías de estrategias principales del autoliderazgo**, para mejorar –ampliar, profundizar, cualificar– la autosuperación personal, el empoderamiento cognitivo/conscientivo, a través del autocontrol socio-emocional, el enriquecimiento y aplicación eficiente de las inteligencias múltiples expresadas como habilidades, destrezas, competencias.

Una descripción sucinta de tales estrategias es:

**(1ª) - Actividades esenciales en la cotidianeidad encaminadas al dominio de la mente.** Ya Aristóteles decía que: «*la excelencia está definida por lo que hacemos día a día; de suerte, que la excelencia no es una decisión; la excelencia es un hábito*». El 90% del éxito radica en la ejecución. Uno de los rasgos distintivos del liderazgo, del individuo proactivo que hace gala de hábitos saludables de vida y de hábitos eficaces de actuación, consiste en **convertir las intenciones positivas en resultados tangibles**.

Si cuidas de tu mente, y demás estructuras internas, si la nutres y cultivas con los exquisitos cuidados con que se mantiene un hermoso jardín, florecerá más allá de tus expectativas. La mayoría de las personas llena el jardín de su mente, de su mundo interior, con residuos tóxicos: preocupaciones, ansiedades, nostalgias enfermizas, cálculos sobre el futuro y los miedos que éstos alimentan, accionar egotistas, proliferación de emociones negativas vívidas consecuencias de las llamadas «*zonas erróneas*», o defectos psicoemocionales. La preocupación y el temor privan a la mente de gran parte de su poder y, antes o después, acaba dañando el alma, las facultades superiores del SER. En vez de concentrarse en las cosas buenas y cómo hacer que todo sea mejor, la mayoría de las personas son cautivas de sus respectivos pasados, de sus rencores y remordimientos, de sus emociones negativas. De ese modo permiten que las preocupaciones priven a su mente de su fuerza vital. Estas personas no se dan cuenta de que administrar la mente es administrar la vida y, por tanto, la calidad de la vida viene determinada por la calidad de los pensamientos<sup>59</sup>.

En todo hay una lección que aprender en la existencia de cada individuo. Cada experiencia, incluso la peor, brinda una lección. Algunas técnicas para dominar la mente:

- **Cultivar la reflexión diaria**, la concentración mental, la meditación interior profunda. Vivimos una vida en la que no tenemos tiempo para la nosotros mismos, para la reflexión y meditación personal. Empezar a separar un lapso de 5 a 10 minutos diarios, durante una semana; luego, a la semana siguiente, aumentarlo a 15 ó 20 minutos; y, así, ir aumentando los minutos de reflexión y de meditación interior profunda hasta llegar a 60 minutos (una hora) diarios.



- **Corazón de la rosa:** Reflexionar, meditar, sobre los procesos de cambio y transformación de todas las cosas; por ejemplo, tomar una rosa fresca y mirarla en un entorno silencioso, sin permitir la distracción de otros pensamientos. Imaginar su desarrollo a partir de una semilla; cómo crece, llega a su esplendor, luego decae y se marchita. Realizar a diario para que nuestra mente se fortalezca y discipline.

<sup>58</sup> Lipton, Bruce H.: «*The Intelligence of Cells*», in «*Peak Vitality: Raising the Threshold of Abundance in Our Material, Spiritual and Emotional Lives*», Editor: J. M. House, Elite Books, Santa Rosa, CA (USA), 2008.

<sup>59</sup> Aun Weor, Samael: «*La Revolución de la Dialéctica: Capítulo I – La Dinámica Mental*», México, 1985, en <http://sawzone.org> (descarga libre en formato PDF, Septiembre 2009). // Hartley, Gregory; Karinch, Maryann: «*I Can Read You Like a Book*», Career Press, 2007. // Douglas, Stephen: «*Four Essential Enlightenment Myths and they Sailed On with Heavy Hearts*», Georgetown University, 1997. // Alexander, Laurel: «*675 Ways to Develop Yourself and Your People, Strategies, ideas and actions for self-development and learning in the Workplace*», HRD Press, Inc., Massachusetts, 2007.



- **Pensamiento opuesto:** cada vez que nos aceche un pensamiento negativo, debemos sustituirlo por uno positivo, este proceso se hace fácilmente cuando se hace con frecuencia el ejercicio de la meditación. Este ejercicio nos permitirá librar la mente de preocupaciones y otras influencias negativas, como temores, resentimientos, fobias, etc. **La técnica del "pensamiento opuesto"** es muy interesante: *"cuando un pensamiento indeseable ocupe el punto focal de tu mente, sustitúyelo de inmediato por un pensamiento ejemplar"* No podemos permitirnos el lujo de un solo pensamiento negativo. Esta frase nos lo resume aun mejor: *"cuida tus pensamientos como cuidarías tus más preciadas posesiones. Esfuérzate por eliminar toda turbulencia interna. Las recompensas serán abundantes"*. Será como formar un rayo laser mental, puramente concentrado, sus alcances serán inimaginables para la mente normal.

- **Secreto del lago:** *La mente trabaja con imágenes. "Imagínate como te gustaría ser"*, crea la imagen exacta que el subconsciente ayudará a concretar. Visualice imágenes mentales de todo lo que queremos ser, tener y alcanzar en la vida. La mente tiene el poder magnético de atraer todo aquello que deseamos *"El secreto de la felicidad es simple: averigua qué es lo que te gusta hacer y dirige todas tus energías hacia ello. Haciendo esto, la abundancia iluminará tu vida y todos tus deseos se cumplirán sin esfuerzo"*. Así es como los ecosistemas y los organismos naturales funcionan, de manera sinérgica, con el esfuerzo mínimo –inteligente- logran la máxima eficiencia.

**(2ª) - Cultivar en forma inteligente las Relaciones humanas, que faciliten lograr el propio propósito.** El propósito de la vida, base de nuestro PCV, es como un gran faro que guía nuestro destino por el tormentoso mar de la existencia. El liderazgo no consiste en dirigir cosas, sino en lograr que la gente desarrolle sus potenciales. **El propósito de la vida es una vida con propósito.**

Definir claramente nuestras prioridades en cada aspecto de la vida jugará un papel parecido al de un faro: orientación y refugio ante los malos tiempos. Los verdaderos esclarecidos saben lo que quieren. Descubrir y luego llevar a cabo la meta de tu vida brinda una satisfacción duradera. La felicidad verdadera se consigue trabajando constantemente para alcanzar tus objetivos y avanzar hacia la dirección que te has fijado. Fijarse objetivos claramente definidos en lo personal, profesional y espiritual, y luego tener el valor de obrar en consecuencia. **Dirigir la vida hacia un propósito**, una misión, definirla, escribirla; implica poner tus objetivos, metas, plazos por escrito y asume un compromiso público entre los que te rodean (atractores de presiones positivas). Esto se puede concretar mediante la visualización y la escritura de un **PLAN CREATIVO DE VIDA (PCV)**. *«Es inalcanzable un objetivo invisible»*.

Algunas técnicas para perseguir nuestro propósito:

- **Autoexamen:** concéntrate al máximo en descubrir sus verdaderas estructuras internas. Descubra sus habilidades particulares y qué le hace verdaderamente feliz. Esto le permitirá



enfilar sus energías hacia la consecución de sus sueños. - **Cinco pasos para alcanzar objetivos:** (a) - Formarse una clara imagen mental del resultado. (b) - Someterse a presiones positivas: por ejemplo, el compromiso público, dentro del contexto de los grupos con los cuales se interactúa. (c) - Nunca fijarse una meta sin fijar un plazo para lograrla, ni sin visualizar los recursos y demás apoyo logístico para conseguirlo. (d) - Aplicar la «regla mágica del 21»: para que un comportamiento nuevo se vuelva un hábito, es preciso repetirlo durante 21 días seguidos<sup>60</sup>. (e) - Disfrutar de todo el proceso. *"Nunca olvides la importancia de vivir con júbilo desbordante. Nunca descuides la exquisita belleza de todas las cosas vivas. Hoy, y el momento que compartimos, es un regalo. Céntrate en tu propósito. El universo se encargará de lo demás"*.

<sup>60</sup> Randall, Diane: «Change Your Life in 21 Days: Create a new habit in 21 days», 2007-2009, [www.LifeAccelerated.com](http://www.LifeAccelerated.com). // Frost, Greg: «The Mystery of The Power of The Mind», 2007-2009, <http://www.ideamarketers.com>.

**(3ª) - El logro de la eficacia personal.** No se puede buscar el éxito, como un fin en sí mismo, el éxito es una consecuencia dentro de un proceso intencionalmente dirigido. Virtudes que se deben cultivar, cambiando los hábitos nocivos; dichas virtudes son imprescindibles en el proceso de lograr la efectividad personal: Madrugar; ser honesto; conviértete en un líder con principios: honestidad, trabajo, paciencia, perseverancia, lealtad, valor y, tal vez, a la cabeza de todas, la humildad. - **Debes Practicar el *kaizen***, es decir, el mejorar constantemente. Para mejorar nuestro mundo exterior (salud, relaciones, finanzas, desempeño personal, etc.) debemos mejorar nuestro mundo interno: el éxito empieza por dentro. El modo más eficaz de conseguirlo es mediante la práctica de una continua autosuperación de lo que somos, sentimos, pensamos y actuamos. El autodomínio es el ADN del dominio de la vida. No basta con mejorar la mente sin cultivar nuestras cualidades físicas. Asimismo, no basta mejorar nuestro cuerpo y mente sin nutrir el alma: el resultado sería una constante insatisfacción y vacío. El esclarecimiento se logra mediante el cultivo constante de la mente, el cuerpo y el alma.

Algunas técnicas para practicar el *kaizen* (proceso de mejora continua):

**- Hacer lo que nos dé miedo o que sea un reto:**

- ♦ Haga un inventario de sus temores, de sus fobias, de sus debilidades y preocupaciones.
- ♦ Reflexione sobre qué le está impidiendo llevar la vida que quiere llevar; poner por escrito lo que nos preocupa u obstruye es un primer paso muy importante para restarle impacto e importancia a ciertos pensamientos y emociones negativas.
- ♦ Afronte los temores con decisión: por ejemplo, si teme hablar en público, dé 20 conferencias; empiece en su casa, imaginando un público y dándole una conferencia sobre lo que usted está aprendiendo; luego reúna a algunos familiares y/o amistades y hableles con entusiasmo y pasión sobre un tema; aproveche ciertas actividades comunitarias y ciertos espacios comunes para hacerlo.
- ♦ Atrévase, tenga agallas, sea atrevido realizando acciones heroicas en la cotidianeidad, ayude a pasar la calle a ese anciano ciego que usted se encuentra todos los días.

**- Los diez rituales de la vida radiante:**

- ♦ Ritual de la soledad: asegúrese de incluir en su vida diaria un período de paz. Empiece con unos pocos minutos (5 ó 10) e incremente la duración de este periodo –semana tras semana– hasta llegar a una hora (60 minutos) por lo menos, como se explicó anteriormente
- ♦ Ritual de autocuidado físico: hacer ejercicios diariamente, pues cuidar el cuerpo es cuidar la mente; recuérdese el antiguo axioma griego: «mente sana en cuerpo sano»; de las 168 horas en la semana, dedique, por lo menos, unas 5 horas a hacer ejercicio físico (un 3% del tiempo semanal) – en varias sesiones, quitándole, por ejemplo, tiempo a actividades superfluas que actualmente tiene (charla improductiva, TV, etc.); hay muchas alternativas al respecto: caminar («*método peripatético*»), yoga, Tai Chi, Falun Dafa, aeróbicos, gimnasia, deportes, etc.
- ♦ Ritual de la nutrición: preferenciar y/o adoptar una dieta vegetariana (la carne es un alimento muerto, debe minimizarse su consumo, prefiriendo las carnes blancas como pollo, pato o pescado): como nutres tu cuerpo, así nutres tu mente.
- ♦ Ritual del saber abundante: convertirse en un alumno de la vida: aprender, expandir la mente y leer mucho, sintonizarse con el conocimiento, es decir con la integración de la ciencia, la filosofía, el arte y la mística (religión).
- ♦ Ritual de la reflexión personal: dedicar un rato a la contemplación: así conoceremos nuestros talentos escondidos.

♦ Ritual del despertar anticipado: levantarse con el Sol y empezar bien el día: bastan seis horas de sueño; y con ejercicios apropiados pueden ser menos, algo así como 3 ó 4, sin menoscabo de la salud física, emocional y mental.

♦ Ritual de la música: escuchar música; es un gran agente motivador.; ya existen numerosas variantes de la musicoterapia, empleando la música clásica para armonizar las estructuras internas, nuestro mundo interior.

♦ Ritual de la palabra hablada: repetir una frase varias veces para conseguir automotivación; por ejemplo, “*Soy fuerte, capaz y tranquilo*”, especialmente momentos antes de quedarse dormido y en los instantes al despertar, pues en estos momentos la mente subconsciente está más propensa a recibir programación.

♦ Ritual del carácter congruente: cultivar las virtudes: laboriosidad, compasión, humildad, paciencia, honestidad y la valentía del guerrero.

♦ Ritual de la simplicidad: llevar una vida sencilla. “*El universo favorece a los valientes. Cuando decidas elevar tu alma a su más alto nivel, la fuerza de tu alma te guiará a un lugar mágico repleto de valiosos tesoros*”.

**(4ª) - El saber vivir con disciplina.** El poder de la disciplina es invaluable. Por ejemplo, un cable está formado de muchos y diminutos alambres. Cada uno de estos, por sí solo, es delgado y frágil; pero todos juntos suman más que sus partes, de forma que el cable es más fuerte que el hierro. Para tener una voluntad de hierro, es preciso ofrecer pequeños tributos a la virtud de la disciplina personal. La disciplina se logra realizando constantemente pequeños actos de coraje. La fuerza de voluntad es la virtud esencial de una vida realizada, pues sólo con disciplina, coraje y dedicación podemos hacer exactamente lo que queremos.

Algunas técnicas para vivir con disciplina:

- Mantras/Visualización creativa: repetir al menos 30 veces al día: “*Soy más de lo que aparento, toda la fuerza y el poder del universo están en mi interior*”. Buscar un sitio tranquilo e imaginarse obrando como Gandhi o la Madre Teresa de Calcuta, mientras repite el mantra. Así se está aplicando técnicas de Programación Neuro-Lingüística.

- Voto de silencio: guardar silencio, por ejemplo, durante todo un día. Esto refuerza la propia disciplina. “*Rechaza los pensamientos débiles que se hayan colocado en el palacio de tu mente; verán que no son bienvenidos y su única opción será marcharse*”.

- La Autodisciplina está relacionada íntimamente con la destreza de ser efectivo en lograr la unidad de equipo de trabajo, lo que facilita el asegurarse que todas las personas que lideras comparten tu visión de futuro; con la Gestión de la adaptabilidad y la gestión del cambio: Si pones el ojo en la recompensa sólo te queda otro para centrarte en el objetivo; con el autoliderazgo efectivo; y con la el Aplicar efectivamente la creatividad y la innovación.

**(5ª) - Inteligente Gestión del tiempo propio.** El tiempo, las 24 horas del día terrestre, es el único recurso que se da por igual a todas las personas. ¿Por qué unas personas logran más que otras con la misma dote de tiempo que todos tenemos? El tiempo se nos escurre de las manos como arena. Aprovechar el tiempo sabiamente nos asegurará una vida rica y productiva. El tiempo es un recurso no renovable. Es importante planificar el trabajo y aprovechar el tiempo creativamente. Las cosas más importantes de la vida no deben ser supeditadas a las menos importantes; así pues, concéntrase en sus prioridades. Estar ocupado no es excusa. Si no nos alcanza el tiempo, debemos simplificar nuestras vidas.

Algunas técnicas para respetar el tiempo propio:

- La vieja regla del 20/80: 80% de los resultados que consigues en la vida viene de sólo el 20% de las actividades que ocupan tu vida: es preciso moverse por prioridades. Esto es el llamado el principio de Pareto, que recientemente se expresado como 1/99 ó 1/96 millones.



- Tener el coraje de decir “no”: esfuércese para que los demás carezcan del privilegio de robarle su tiempo. Aprenda declinar ciertas invitaciones u oportunidades -de malgastar el precioso don del tiempo- con elegancia y diplomacia.

- La mentalidad del último día: recordar siempre que este puede ser el último día de nuestras vidas, así que debemos aprovecharlo al máximo. *“El tiempo se nos escurre de las manos como granitos de arena, y ya no vuelve. Quienes emplean el tiempo sabiamente desde una edad temprana tienen la recompensa de una vida plena, productiva y satisfactoria”*.

**(6ª) - Servir desinteresadamente a los demás.** Las rosas amarillas recuerdan el viejo proverbio chino que dice: *“La mano que te da unas rosas siempre conserva un poco de la fragancia”*. Es decir, cuando trabajamos para mejorar la vida de los demás, indirectamente estamos mejorando la nuestra. La calidad de la vida se reduce en definitiva a la calidad de lo que uno aporta. Al elevar la vida de los demás, la vida propia alcanza las montañas más altas. Lo importante es vivir para dar.

Técnicas para servir desinteresadamente a los demás:

♦ Practicar diariamente actos de bondad. Recuerdo lo que enseñan los niños exploradores (boys scout): diariamente debemos hacer una buena obra –por lo menos.

♦ Dar a quienes lo piden, pero dar de corazón y con inteligencia.

♦ Cultivar relaciones más ricas. *“La cosa más noble que puedes hacer es dar a los demás. Empieza a centrarte en tu propósito superior”*.

**(7ª) - Abrazar el presente.** Sólo se vive una vida realmente gratificante cuando logramos “vivir el ahora”, atesorando el gusto por las cosas más simples y el éxtasis que merecemos: la felicidad es un viaje, no un destino. Podemos tener la vida que merecemos si nos damos cuenta de que el camino que estamos recorriendo está lleno de diamantes. Por otra parte, es importante no sacrificar la felicidad a expensas de la realización: ¿qué sentido tiene subir los peldaños del éxito si te pierdes los primeros pasos de tus hijos? ¿Qué sentido tiene poseer la casa más grande de tu barrio si no tienes tiempo de crear un hogar? Finalmente, debemos saborear el viaje y vivir cada día como si fuera el último.

Técnicas para abrazar el presente:

- Vivir la infancia de los hijos, o de otros familiares (sobrinos, primos, etc.).

- Practicar la gratitud, tanto en el entorno familiar como en los otros grupos humanos en los cuales se interactúa.

- Cultivar el propio destino, tratando siempre de desentrañar las causas subyacentes de la realidad circundante y de nuestra propia existencia. *“Todos estamos aquí por una razón especial. Deja de ser un prisionero de tu pasado, de tus miedos e inseguridades, de tus vaguedades cognitivas. Conviértete en arquitecto de tu futuro”*. –

*«La creatividad humana es un recurso económico invaluable. La habilidad de generar nuevas ideas y mejores formas de hacer las cosas es –en última instancia- lo que eleva la productividad y el estándar de vida de las naciones» - Richard Florida, en «The Rise of Creative Class» (2002).*

La técnica de **Abrazar el presente** está relacionada con la **Filosofía de la Momentaneidad**. Es decir, con estar en alerta percepción, en alerta novedad, para autodescubrirse en los diferentes escenarios de la vida práctica. Algunas estrategias –desde el punto de vista cognitivo- para abrazar el presente son:

♦ Compartir en forma inteligente el entendimiento, el conocimiento, es una poderosa fuerza para navegar en los entornos turbulentos de la globalización actual. Este compartir puede adquirir –en la vida práctica- diversas formas: - en la autogestión del conocimiento, cuyas técnicas se explican, o se enseñan a otras personas; - el aprendizaje autodidacta, que al dar buenos resultados se replica en los grupos donde compartimos, y que forma parte del aprendizaje socio-

organizacional avanzado; - difundir las técnicas de empoderamiento cognitivo/consciente a través de grupos de interés; - la imitación de pautas culturales de avanzada que elevan el nivel cultural, cognitivo, tecnológico y científico de las personas.

♦ Contextualizar, dar sentido y significado a lo que aprendemos, que en estos tiempos de cambios constantes y de entornos complejos, es la piedra de toque de los avances en lo cultural, en lo cognitivo, en el aprendizaje social, en las estrategias de liderazgo y empresariazo. Además, el dar sentido y significado al conocimiento es uno de los factores cruciales de la creatividad y la innovación.

♦ El enfoque diversificado permite activar múltiples modalidades de la percepción y de la atención para abordar y entender una situación compleja; implica un enfoque holístico en la solución de problemas.

♦ La comprensión creadora, basada en la imaginación consciente, involucra la percepción integral de los componentes y funcionalismos de un sistema complejo, y la utilización de diversos mecanismos y técnicas para comunicar ideas complejas (mapas mentales y telarañas cognitivas multidimensionales, guiones multinivel, metáforas abstracto-lógicas, juegos y simulaciones interactivas, etc.), base de los procesos de diseño de sistemas de misión crítica y de amplio espectro. ♦ Trabajo colaborativo, incluso a través de redes online, a tiempo real, involucrando niveles multiculturales y multi-lingüísticos, y manejo de objetos inteligentes, eventos y actuaciones, en un entorno integral de sentidos y significados, a la vez holísticos y contextualizados. Entusiasmo, humor, imaginación y creatividad son atributos a cultivar para desarrollar talentos cognitivos superiores.

**Nota: Entusiasmo.** (Del lat. tardío *enthusiasmus*, y este del gr. *ἐνθουσιασμός*). 1. m. Exaltación y fogosidad del ánimo, excitado por algo que lo admire o cautive. 2. m. Adhesión fervorosa que mueve a favorecer una causa o empeño. 3. m. Furor o arrobamiento de las sibilas al dar sus oráculos. 4. m. Inspiración divina de los profetas (partes superiores del SER). 5. m. Inspiración fogosa y arrebatada del escritor o del artista, y especialmente del poeta o del orador. (fuente: Diccionario de Real Academia Española de la lengua, <http://www.rae.es/rae.html>)

## Los hábitos saludables de vida

Los hábitos saludables de vida que se forman en el periodo de los estudios superiores, persistirán toda la vida y brindarán a las personas -que los adquieran y empoderen disciplinadamente- una vida más plétórica, rica y llena de logros al más alto nivel. Además, los hábitos saludables de vida nos ayudan a prolongar la existencia y a ayudar a conservar los recursos naturales. También, los hábitos saludables de vida, al irse a la herencia genética, ayudan a tener una descendencia más sana, inteligente y de mayores potenciales en los niveles de logro.

### Punta de lanza del cambio mundial

Los hábitos saludables de vida, los hábitos de desempeño altamente eficiente, aunados al empoderamiento cognitivo y al autocuidado genuinamente espiritual, están conformando una punta de lanza de cambio mundial, cuyas ondas de avanzada se expresan con los grupos humanos altamente creativos, de ideas innovadoras, diseñadores versátiles de nuevos productos y servicios, expositores de nuevos estilos de vida y nuevas corrientes económicas, de empresariazo y de negocios, que gravitan alrededor de las ideas, principios y filosofías que propenden por un desarrollo sostenible del sistema mundial, progresista y en armonía.

Dichos grupos constituyen la onda de avanzada en los neo-procesos evolutivos y selectivos, que ahora están enfocados en los aspectos socio-culturales, en lo cognitivo, en la consciencia, y en los más altos valores del espíritu humano. Son individuos preponderantemente jóvenes – aunque también hay gente del segmento adulto mayor-, altamente educados, con muy altos

niveles de proactividad y aptitudes de empresariado y de liderazgo, que están jalonando el desarrollo avanzado de lo socio-cultural, de las artes y las ciencias, y demás disciplinas del saber humano, que están integrando sinérgicamente los mejores valores y conocimientos de la cultura occidental y de la cultura oriental.

Esta clase de individuos pioneros y creativos están reperfilando gran variedad de industrias y negocios – desde la alta tecnología al entretenimiento, del periodismo a la manufactura electrónica e ingeniería genética, de los entornos académicos a todas las artes- están en la onda de avanzado de los profundos cambios paradigmáticos mundiales, compartiendo estructuras del ethos propio y de sus propias estructuras axiológicas (de valores), enfoques y técnicas creativas<sup>61</sup>.



Igualmente, dichos grupos están replanteando soluciones ingeniosas y creativas para los ingentes problemas que actualmente enfrenta la humanidad, tales como el hambre, la pobreza, la sostenibilidad de los modelos imperantes en las dimensiones socio-culturales, productivas y servuctivas; la paz entre los países, la convivencia pacífica de las comunidades, la resolución inteligente y pacífica de conflictos; la salud tanto del cuerpo físico como de lo socio-emocional, lo mental; la educación tanto formal como informal, presencial y online; la economía a nivel global y a nivel de los grupos familiares, de las pequeñas y medianas empresas; los recursos naturales a todo nivel; lo cognitivo y lo genuinamente espiritual. Y están estructurando la Inteligencia Colectiva para construir organizaciones sociales nuevas que sean capaces de proveer soluciones reales y efectivas a tales problemas<sup>62</sup>.

En los complejos y dinámicos entornos empresariales, esta nueva cultura es una fuerza de choque que está jalonando la transición entre los poco inteligentes y rígidos estilos de gestión y de liderazgo, y los nuevos estilos de gestión y de liderazgo capaces de abordar exitosamente las dificultades, los retos y problemas en relación con la complejidad y los imponderables de un mundo altamente interconectado y dinámico, conformando las diversas dimensiones de la globalización (véase la figura adjunta).

Los viejos estilos de liderazgo y de gestión experimentan serias dificultades e ineficiencias para armonizar los conflictos cognitivos, dimensionales y de intereses que se presentan en todas las áreas del mundo actual: entre rentabilidad económica, ciencia e investigación, técnica y sostenibilidad; entre la política y su secretismo y negocios «bajo cuerda», y la transparencia frente a la comunidad; entre estructuras de valores y el valor individual; entre las dinámicas individuales y el desempeño colectiva; entre el conocimiento que enriquece y es abierto y compartido, y el conocimiento competitivo, egoísta, que se oculta en aras de intereses de clases o grupos privilegiados. El paradigma estándar de la inmensa mayoría de organizaciones actuales, que impulsan el tejido empresarial, de negocios,

		Comportamientos	
		Impredecibles	Predecibles
Número de Variables	Muchas	<b>Sistema Caótico/ Complejo:</b> Relaciones de causa y efecto emergentes, extendidas e inciertas <b>COLABORACIÓN</b>	<b>Sistema complicado:</b> Causa y efecto están separados en tiempo y espacio, pero pueden estudiarse <b>COOPERACIÓN</b>
	Pocas	<b>Pura aleatoriedad</b> <b>COMPARTIR</b>	<b>Sistema Simple:</b> La relación causa/efecto es repetible y predecible <b>COORDINACIÓN</b>

<sup>61</sup> Florida, Richard: «The Rise of the Creative Class», Washington Monthly, May 2002 // Noubel, Jean-François: «Inteligencia colectiva, La Revolución Invisible», 2004. // Nature: «The Evolution and the Brain», Nature Magazine, Volume 447, Issue 7146, 14 June 2007, <http://www.nature.com/nature>.

<sup>62</sup> Monzó-Marco, José: «Pensamiento Sistémico: ideas y reflexiones sistémicas para un mundo complejo», Enero 2009, <http://jmonzo.blogspot.com/> (Agosto 2009). // Pareto, Vilfredo: «New Theories of Economics», 1897; «Leçon d'économie pure à l'Université de Lausanne», 1893.



con amplias y profundas implicaciones en lo socio-cultural y en el sistema económico internacional, tiene como componente nuclear una infraestructura física, y abstracto-cultural simbólica, basada en mapas, telarañas y demás redes sociales, y jerarquías, normativas y de gestión, cognitivas, y psicoemocionales, fuertemente codificadas en forma piramidal –en su trama y urdimbre-, expresando las cadenas de mando y de control, la división del trabajo, los códigos de responsabilidades y deberes, la parametrización de eficiencias en lo individual y colectivo, y en un sistema monetario y financiero estimulado por la escasez, diseñado para el beneficio de élites.

Esta rígida y poco inteligente –incluso antinatural- arquitectura social, de cultura organizacional, ha persistido durante milenios en las civilizaciones, y como estructura de Inteligencia Piramidal adolece de la suficiente versatilidad y flexibilidad para lidiar con problemas y sistemas complejos.

La organización de Inteligencia Piramidal permanece relativamente eficiente, en tanto el entorno socio-cultural, económico, científico y tecnológico, mercadotécnico y competitivo permanezca estable, pero se vuelve en extremo vulnerable e ineficiente, de bajo nivel competitivo en los contextos fluctuantes con los factores relativos a los mercados, el conocimiento y el desarrollo de la ciencia y la tecnología, los estilos y estrategias de la cultura, las influencias externas, los vaivenes de la economía, los procesos cambiantes de la política, donde los cambios ocurren más rápido que la capacidad de la empresa para responder eficientemente y adaptarse en forma inteligente.

En el largo proceso de la evolución y la selección, la especie humana ha adquirido habilidades de adaptación socio-cultural específicas, basadas en la colaboración entre congéneres en pos de lidiar y resolver los problemas de supervivencia, y el apoyo mutuo, solidario. Estas habilidades, destrezas o competencias genéricas son extremadamente efectivas dentro de pequeños grupos de 10 a 20 personas, pero no más, donde el beneficio individual y colectivo es más elevado que si cada uno hubiese permanecido solo. Esto es lo que se llama la Inteligencia Colectiva Primitiva de la especie, y está genética e instintivamente imbricada dentro los complejos y eficientes mecanismos de las leyes de evolución y selección universales. Lo que burila nuestra experiencia como individuos, en los contextos familiares y otros contextos socio-culturales extendidos, mediante la forma cómo operan estos mecanismos porque la programación neuro-cultural ha reforzado los mecanismos genético-instintivos, mediante la experiencia acumulada para formarnos adultos.

La Inteligencia Colectiva es una forma de *inteligencia universalmente distribuida*, constantemente empoderada, coordinada y sincronizada en tiempo real, y resultando en la movilización y aplicación efectiva y eficiente de habilidades, destrezas, competencias a todo nivel. Además, tiene como estrategia y meta básica el reconocimiento mutuo y el enriquecimiento cognitivo de los individuos dentro de «*nichos y redes sociales*» de interacción que nos caracteriza como especie<sup>63</sup>.

**Capacidad de enfocarse en forma creativa**

**estudiante exitoso**

Los individuos que aprovechan fructíferamente, para su desempeño superior, los puntos de apalancamiento –explícitos o subyacentes- de los «*nichos y redes sociales*», son individuos que han desarrollado estrategias, destrezas, habilidades y competencias para enfocarse creativamente y abordar y solucionar problemas complejos<sup>64</sup>. El **estudiante exitoso** está dentro de este selecto grupo de individuos y sabe identificar y seleccionar cuatro tipos de actividades sobre las cuales toman decisiones altamente efectivas:

<sup>63</sup> Lévy, Pierre: «*Inteligencia Colectiva: Humanidad emergente en el mundo del ciberespacio*», 2004, <http://inteligenciacolectiva.bvsalud.org>. // Maturana, Humberto; Varela, Francisco: «*The tree of Knowledge*», New Science Library, Boston, 1987.

<sup>64</sup> Tracy, Brian: «*Focal Point – A Proven System to Simplify Your Life, Double your Productivity and Achieve all your Goals*», AMACON: American Management Association, 2002.

**(1º) – Son capaces de hacer más actividades con las cuales se sienten bien, logran óptimos resultados y recompensas.** Los mecanismos energéticos para realizar esta categoría de actividades u eventos, o de cultivar ciertos «*nichos y redes de relaciones*», son de gasto mínimo tanto en lo físico químico como en lo bio-energético y psicoemocional, mental y volitivo, en sincronía sinérgica, ergonómica, en forma similar a como los ecosistemas y organismos naturales –incluyendo al propio planeta– funcionan con retroalimentación positiva constante, cuando no son afectados negativamente.



**(2º) – Saben minimizar el esfuerzo, el tiempo, la atención a ciertas actividades, eventos o ciertos «nichos y redes de relaciones»,** que no ayudan, que desvían la atención –son distractores– o que se convierten en obstructores de las actividades y eventos realmente importantes. También, saben decidir cuando eliminar estos distractores y obstructores de la agenda diaria.

**(3º) – Tienen el suficiente criterio, aplicado en forma estratégica, para iniciar actividades,** la asistencia a eventos, o la interacción con ciertos «*nichos y redes de relaciones*», que permiten y facilitan adquirir nuevas destrezas, habilidades o competencias, iniciar o involucrarse en nuevos proyectos impulsores de logros dentro del PCV, o que permiten replantear, reenfocar, el trabajo o el estilo personal de vida. Y también para detectar las «*trampas culturales*» y no sucumbir ante su acción anti-cognitiva y degenerativa.

**(4º) – Pueden –en un momento dado– como en casos de crisis, dejar de hacer ciertas actividades;** detener el tren de vida que se lleva y replantearla con nuevos ojos, con nuevas perspectivas, re-estructurando actividades, comportamientos el accionar dentro de ciertos «*nichos y redes de relaciones*», que facilitan obtener nuevos contextos con respecto a los objetivos a lograr y la dirección a seguir.

6

**La preparación de exámenes y exposiciones debe hacerse con una semana de anticipación.**



**(a) – El preparar un examen o una exposición de un trabajo (o proyecto) el día anterior, o la noche anterior, o durante el fin de semana, incluso con “trasmochada” a bordo, puede obtener la ganancia del examen o la aceptable presentación del proyecto,** pero sus efectos son desastrosos sobre el capital neuronal, sobre el sistema nervioso, con respecto a un aprendizaje de calidad y de largo alcance, y en relación al desarrollo de destrezas cognitivas y competencias superiores;

**(b) – aquí es donde las técnicas esbozadas en los puntos anteriores rinden sus máximos frutos, pues** quien las ha venido aplicando –durante varias semanas– sólo tendrá que hacer unos breves repastos (repaso apreciativo), sin necesidad de “forzar la máquina”, y sin altísimos niveles de estrés, obteniendo –además– un aprendizaje de calidad y de largo alcance; hacer uso de los mapas mentales, los mapas conceptuales, las telarañas cognitivas es lo más indicado para repasar;

**(c) – también es aquí donde el estudio en grupo, después de una preparación individual de calidad, presenta sus altos rendimientos;**

**(d)** – emplear el análisis de exámenes anteriores y de ejercicios resueltos como un ejercicio complementario, pero jamás basar exclusivamente la preparación en el estudio de temas anteriores y de ejercicios resueltos;

**(e)** – lo más recomendable es llegar a la presentación del examen, o a la exposición, lo más descansado(a) posible, y de ser necesario, especialmente para aquellas personas de temperamento nervioso o muy sensibles psicoemocionalmente, hacer uso de alguna medicina (preferible medicina natural) para “calmar los nervios” (una aromática relajante puede ser suficiente), o aprenda y aplique técnicas de programación neuro-lingüística (NLP).

Por eso es que el proceso de estudio/aprendizaje se ha de abordar con un enfoque específico, con una visión de altas miras, con unos métodos adecuados y realizarse bajo una estricta planeación y control de ejecución. Grosso modo, estos son las fases fundamentales de todo proceso de gestión.

*«El Diseño es la aplicación inteligente de la creatividad a todas las actividades necesarias para concretar las nuevas ideas –o las innovaciones- como productos, o servicios, o como mejora en los procesos» - Bessant, Whyte and Neely (2005).*

Cuando se tienen unas claras estrategias y prácticas para asistir a clases, se utilizan métodos más eficientes de concentración en clase y de la toma de apuntes, cuando se han identificado y se empoderan los propios estilos de aprendizaje, cuando el estudio extraclase es frecuente y con métodos de probada eficacia, cuando se le presta atención apreciativa a los procesos cognoscitivos y a los procesos orgánicos (oxigenación, hidratación, ejercicio físico, nutrición), entonces el resultado de excelencia –en la preparación y presentación de las evaluaciones- es simplemente una lógica consecuencia del saber estudiar en forma inteligente. Esto es precisamente lo que están logrando los **estudiantes exitosos** por todas las regiones del planeta.

7

**Hay que aprovechar los servicios y facilidades de tutorías y asesorías, talleres y refuerzos que ofrecen los docentes y sus auxiliares.**



Y también toda la demás infraestructura de apoyo logístico a los procesos de estudio/aprendizaje que se ofrece institucionalmente. Un uso inteligente de tales apoyos puede marcar la diferencia entre un aprendizaje de calidad y un aprendizaje deficiente.

**(a)** – con frecuencia, en tanto transcurren las semanas del semestre lectivo, utilice las bibliotecas, las hemerotecas, las recopilaciones de exámenes anteriores, las soluciones de problemas propuestos; los apuntes de clases y demás documentación de apoyo (diapositivas, guías prácticas, resúmenes, problemateca, recursos web, etc.);

**(b)** – los servicios online suelen ser muy útiles cuando se les combina con unas estrategias eficientes de estudio frecuente,

en especial la consulta vía e-mail a los docentes y a sus auxiliares;

**(c)** – la asistencia a los horarios de asesorías, a los talleres y demás actividades de refuerzo es fundamental en la preparación de exámenes y exposiciones, pues en tales contextos es posible plantear dudas o resolver problemas difíciles, o clarificar los alcances y limitaciones de un método específico de solución de problemas.

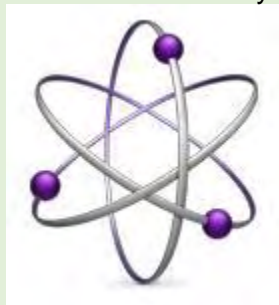
Las estructuras institucionales de apoyo logístico, generalmente, propician el establecimiento de «nichos y redes relacionales» que propician a –a su vez- el poder descubrir y utilizar puntos



explícitos y subyacentes (ocultos) de apalancamiento, que inteligentemente gestionados pueden ayudar muchísimo a acelerar procesos que normalmente son de lento trámite, o demorados en su transcurrir. Si dicho apalancamiento se sabe utilizar, entonces propiciará un aprendizaje acelerado.

## El Salto Cuántico

El **Plan Creativo de Vida** (PCV) se inicia identificando y expresando claramente los objetivos alcanzables y los recursos y talentos (habilidades, destrezas, capacidades, o competencias) necesarios para alcanzarlos, empleando en este proceso métodos eficientes de actuación y de autogestión. Dichos objetivos (metas) han de ser realistas y alcanzables dentro de los contextos cognitivos, culturales, socio-económicos en los cuales nos movemos.



Dentro de este proceso intencional de logros, cualquier actividad, eventos o circunstancias, personas, proyectos, etc., que estén sintonizados con nuestros objetivos establecidos, serán privilegiados, priorizados con respecto a nuestra atención, nuestro esfuerzo, nuestro tiempo que le dediquemos. Así se configura un **enfoque persistente** en el logro de nuestros objetivos<sup>65</sup>.

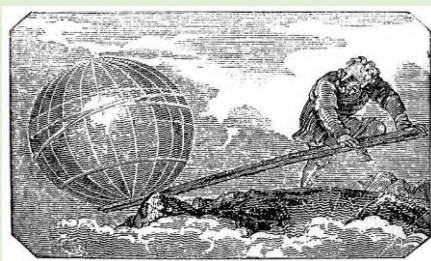
Una analogía muy útil la podemos encontrar en la comparación entre la luz artificial normal, que integra descoordinadamente muchas frecuencias energéticas, y la luz artificial del tipo laser<sup>66</sup> que integra solamente una única frecuencia, un poderoso rayo de luz coherente. Un rayo de luz común sólo alcanza para iluminar unos cuantos metros (¿quizás 4 metros?); un rayo de luz coherente, laser, puede alcanzar un objetivo en la Luna, distante a unos 384000 kms. **¿Ves la diferencia?** El factor de eficiencia es del orden de 96 millones de veces.

El rayo de luz común alegoriza la actuación sin un PCV, sin claros objetivos, en cuyo caso el alcance de actuación es muy corto; es el caso del estudiante desgreñoso, de logros mediocres o apenas aceptables, con preocupantes niveles de repitencia de asignaturas, que sólo estudia para “*ganar exámenes*”, que desconoce o no aplica métodos eficientes de estudio, y cuyos hábitos saludables de vida y hábitos altamente eficaces y eficientes brillan por su ausencia, vagando al garete por el campus universitario, pleno de incertidumbres y vaguedades cognitivas. El rayo laser es la metáfora para quien está decidido/a a alcanzar sus más caros ideales y emplea en dicho proceso métodos eficientes para lograrlos, empoderando el trinomio Mente/Cerebro/PsicoEmocionalidad y las propias competencias individuales; ejemplifica al **estudiante exitoso** que semestre tras semestre alcanza altos desempeños en sus procesos de estudio/aprendizaje.

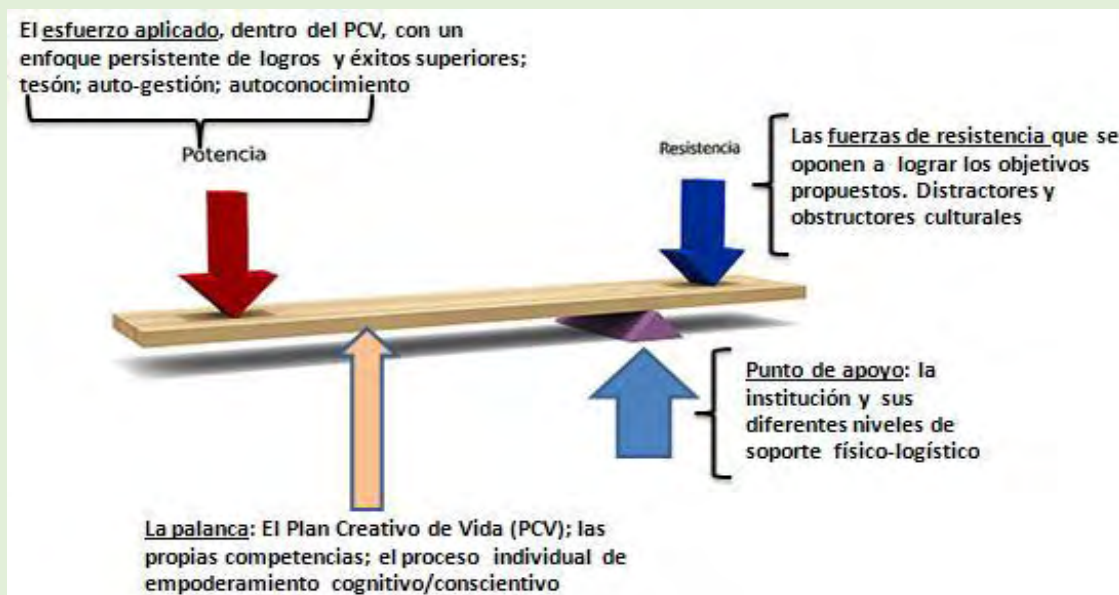
Así, pues, con un PCV y unos objetivos realistas, claramente establecidos, perseguidos con un **enfoque persistente**, con paciencia, voluntad y tesón, estratégicamente aplicados, se puede lograr un **salto cuántico**, pasar a niveles superiores de logros, de actuación paradigmática, de desarrollo personal, profesional, socio-económico.

<sup>65</sup> Barker, J. A: «*The Power of a Vision*», Chart House Learning Corporation (Video), 1998. // Pathak, R. C.; Patil H.D., Hod: «*Performance Enhancement through creative flexibility*», London: UK, 2007.

<sup>66</sup> Un **láser** (*Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation*, *Amplificación de Luz por Emisión Estimulada de Radiación*) es un dispositivo que utiliza un efecto de la **mecánica cuántica**, la emisión inducida o estimulada, para generar un haz de **luz coherente** de un medio adecuado y con el tamaño, la forma y la pureza controlados. <http://es.wikipedia.org/wiki/L%C3%A1ser>.



También es importante tener en cuenta y aprovechar tanto la organización formal (institucional) como las redes informales que surgen en todos los grupos humanos. Ambos tipos de organización confluyen para el logro de nuestros objetivos, si así lo sabemos ver, enfocar y aplicar. Estos dos tipos de organización, dentro de toda institución (empresa de todo tipo), es el punto de apoyo de que hablaba Arquímedes: «*Dadme una palanca y un punto de apoyo y moveré el mundo*»<sup>67</sup>.



Esta es la **Ley de La Palanca**, que en los procesos de auto-gestión se enuncia como la **Ley del apalancamiento inteligente**. En la anterior figura se esquematiza los diferentes elementos del proceso de apalancamiento. La **organización formal** incluye todo el contexto institucional: locales, edificios, diversos niveles de los apoyos institucionales, los planes de desarrollo, los programas académicos, todos los diversos niveles de estructuras cognitivas/didácticas y pedagógicas, administrativas, culturales, los diferentes niveles de los sistemas de información; la **organización informal** está integrada por todas las redes de relaciones personales y sociales no establecidas o requeridas por la organización formal, pero que surgen espontáneamente a medida que las personas interactúan y se asocian unas con otras<sup>68</sup>.

En estas primeras décadas del siglo XXI, dentro de los contextos de las organizaciones (empresas de todo tipo), se están afianzando fuertes corrientes paradigmáticas<sup>69</sup> que están redefiniendo las formas como los individuos actúan en los procesos de estudio/aprendizaje y laborales: - apertura de ideas y de mentalidades, facilitando la co-invencción con personas de todo el mundo; - compartir recursos que antes estaban en poder de unos pocos y celosamente guardados y protegidos; - empoderamiento del individuo, de los procesos cognitivos

<sup>67</sup> **Arquímedes de Siracusa** (hacia 287-212 a. C.) fue el más destacado de los hombres de ciencia griegos de su época. Notable matemático, físico, ingeniero e inventor griego, que escribió importantes obras sobre geometría plana y del espacio, aritmética y mecánica. Nació en Siracusa, Sicilia, y se educó en Alejandría, Egipto. En el campo de las matemáticas puras, se anticipó a muchos de los descubrimientos de la ciencia moderna, como el cálculo integral, con sus estudios de áreas y volúmenes de figuras sólidas curvadas y de áreas de figuras planas. Demostró también que el volumen de una esfera es dos tercios del volumen del cilindro que la circunscribe.

<sup>68</sup> **Davis**, Keith: «The nature of organizing, entrepreneurship and reengineering», Arizona state university, 2009. // **Tapscott**, Don; **Williams**, Anthony D.: «WIKINOMICS, How Mass Collaboration Changes Everything», Penguin Group, 2006. // **Catmull**, Ed: «How Pixar Fosters Collective Creativity», Harvard Business Review, 2008. // **Porter**, Michael E.: «The Five Competitive Forces That Shape Strategy», Harvard Business Review, 2007.

<sup>69</sup> **Lessig**, Lawrence: «The Future of Ideas», Random House, First edition, New York, 2001. // **Hamel**, Gary: «Leading The Revolution», Harvard Business School Press, 2000. // **Moss-Kanter**, Rosabeth: «Innovation, The Classic Traps», Harvard Business Review, November 2006, 13 pages. // **Edmondson**, Amy C.: «The Competitive Imperative of Learning», Harvard Business Review, July 2008, 12 pages.

involucrados en el estudiar/aprender, en los procesos de trabajo, y de la colaboración masiva; a todo nivel - el enfoque sistémico-holístico que impulsa al pensar y al accionar globales<sup>70</sup>.

En este contexto, el **estudiante exitoso** empodera sus habilidades como auto-gestor, a sabiendas de que *«el auto-gestor, el intra-empresario, es una persona enfocada en la innovación y la creatividad, y transforma una idea, un sueño, un simple anhelo, en un accionar fructífero, ganancioso, aprovechando todo el contexto institucional y socio-cultural en el cual se desempeña»*<sup>71</sup>.

Además, hace realidad en su vida diaria aquel aserto pragmático: *«Yo soy un negocio»*<sup>72</sup>, es decir, que empodera sus competencias de auto-gestión inteligente no sólo de sus habilidades o talentos naturales sino también del tiempo, del manejo del estrés, de la asistencia a las sesiones de clases (sesiones cognitivas), de la toma de apuntes, de la memoria, de los hábitos saludables de vida, de los hábitos de la gente altamente eficaz, del despertar de la consciencia<sup>73</sup>.

La **LEY DE LA PALANCA** está presente en todo lo que hacemos, en nuestros pensamientos, emociones, voliciones, en todo proyecto que se inicia. Si estamos conscientes de estos procesos, entonces podemos aprovechar los factores del apalancamiento para triunfar. Por ejemplo la LEY DEL 80-20: *«con el 20% del esfuerzo se logra el 80% de los resultados»* (V. Pareto), nos permitirá centrarnos en los factores más importantes, empoderando los procesos de auto-gestión y los procesos de estudio/aprendizaje.

## Casos de Estudio

En cada capítulo, en diversas secciones, se presentan casos de estudio, de situaciones reales, con personas reales, y de empresas, que al aplicar las técnicas básicas de empoderamiento cognitivo/conscientivo han logrado elevarse a niveles superiores de logros, han efectuado un **salto cuántico**. Los casos presentados aquí son una ilustración de esta metodología.

- **El caso de Alexis.** En su tercer semestre de Ingeniería, Alexis<sup>74</sup> se encontraba desorientado, sin saber cómo enfocar efectivamente su estadía universitaria, ni muchos aspectos de su propia vida, y con una pesimista actitud hacia todo, residente en una de las comunas más populares del área metropolitana de la ciudad de Medellín.

En la cátedra que el autor orienta oyó hablar de los métodos eficientes de estudio, del empoderamiento cognitivo, del despertar de la consciencia, y se animó a consultar, a dejarse orientar, y poco a poco fue asimilando, involucrando en sus estructuras actitudinales, en sus formas de pensar, en sus comportamientos diarios, hábitos saludables de vida y métodos eficientes de estudio. También comenzó a **pensar en forma estratégica** con respecto a su futuro desempeño profesional, y fue así como se asoció con un grupo de estudios de su carrera, aprendió el Inglés, se hizo experto en la aplicación del Excel<sup>75</sup> y varias de sus herramientas – como el Solver- en áreas propias de sus dominios técnicos en Ingeniería de Petróleos.

En el 2003 Alexis se graduó como Ingeniero de Petróleos y le perdimos la pista. En Mayo del 2008, al salir del condominio donde resido (con frecuencia camino hasta el trabajo, 15 a 20

<sup>70</sup> Shapiro, Andrew L.: *«The Control Revolution: How the Internet is Putting Individuals in Charge and Changing the World We Know»*, PublicAffairs, May 15, 2000.  
// Shuman, Michael H.: *«The Small-Mart Revolution»*, BK, 2007. // Hoggot, Richard; Robotti, Paola: *«Reshaping Globalization»*, Central European University, 2001. // Rodgers, Gerry: *«The pattern of globalization and some implications for the pursuit of social goals»*, Working Paper No. 55, Policy Integration Department, International Labour Office, Geneva, February 2005.

<sup>71</sup> Weirich, Heinz; Koontz, Harold: *«Management-global perspective»*, 2000.

<sup>72</sup> León-R., Miguel Ángel: *«Yo Soy un Negocio, Mi Yo Corporativo Inc.»*, Primera Edición, Caracas 8Venezuela), Grupo Empresarial Kingdom, Enero 2005.

<sup>73</sup> Aun Weor, Samael: *«El Misterio del Áureo Florecer»*, *«Tratado de Psicología Revolucionaria»*, *«Las Tres Montañas»*, *«La Revolución de La Dialéctica»*, en <http://sawzone.org> (descarga libre en formato PDF, Junio 2009, link en Español).

<sup>74</sup> Los nombres se han cambiado para proteger la privacidad de las personas.

<sup>75</sup> Excel es marca registrada de Microsoft Corporation.



minutos, aplicando el método peripatético<sup>76</sup> o de caminata apreciativa) me encontré con Alexis que entraba con un hermoso ramo de rosas rojas entre las manos. Después de los saludos y comentarios acostumbrados, Alexis comentó que ahí, en el condominio, residía su novia a la cual iba a pedirle matrimonio, pues ya estaba muy bien ubicado profesionalmente y que llevaban varios años de noviazgo, que acababa de llegar de Centroamérica, y que próximamente se establecería en Europa ya que tenía unas ventajas competitivas muy buenas que le habían permitido avanzar rápidamente en sus dominios técnicos, en la multinacional petrolera donde laboraba. En fin, nos despedimos, y después me enteré que –efectivamente- se había casado con la dama de sus sueños y se había residenciado en Europa.

- **El caso de Ernestina.** En su último semestre de Ingeniería, próxima a graduarse, Ernestina –“tina” como diminutivo cariñoso de su nombre- había interpuesto una acción de tutela para poder cursar por cuarta vez la asignatura a mi cargo (en la normatividad de entonces, una asignatura se podría ver hasta por tres veces; si se perdía por tercera vez, entonces se saldría de la universidad). Desde el primer día manifestó su desgano -rayano en aversión- para asistir a clases normales en esta asignatura (un curso básicos de algoritmos y programación de computadores). Me expuso su caso.

Desde el inicio de su narrativa se vio claro que se trataba de un típico caso del síndrome del “**bloqueo psicoemocional**”. De todas formas, convinimos una estrategia relativa a un curso dirigido. Lo del síndrome quedó mucho más claro cuando visité a Tina donde trabajaba: era auxiliar en el centro de cómputo, manejando muy expertamente los protocolos de red, lenguajes como el Fortran, C++, Clips. Le propuse, entonces, que me hiciera unos informes sobre lo que desarrollaba en su lugar de trabajo. Cada vez que me presentaba un informe teníamos una larga conversación en la cafetería, en donde me explicaba con lujo de detalles y con asombrosa suficiencia lo que había registrado en su informe. Su pasión era la astronomía. Al final del semestre le asigné la máxima nota en la asignatura.

Y dos años después apareció en la oficina con sendos mamotretos, diciéndome que esa era su propuesta de tesis para la maestría -¡¡¡ en sistemas astrobiológicos !!!- y que por favor se la dirigiera porque en su departamento eran reacios a ello. Con ayuda de otro compañero se le dirigió la tesis, la cual debió ser *laureada*, pero que por esas cosas de los celos profesionales sólo fue *meritoria*. Un producto de su tesis fue un objeto especial que una empresa relacionada con la astrofísica publicó durante varios meses en su página web, dándole los méritos a Tina. Luego de esto le perdí la pista. Recientemente me llegó un e-mail de Tina donde me cuenta lo bien que le ha ido y los logros académicos y profesionales que ha obtenido.

- **Los casos de Bill Gates y de George Soros.** Estos dos casos se citan con nombre propio, pues son de dominio público. Ambos representan modelos de **ruptura paradigmática** y de los cambios implicados.

Sin tratar de demeritar su genialidad, **Bill Gates** estaba en el momento preciso, en el lugar preciso, con la idea precisa, y con el apalancamiento preciso. Su idea de “**un computador en cada escritorio y en cada hogar**” no tuvo mucha acogida en su momento, hasta tal punto que el vicepresidente de una gran multinacional declaró ante los medios periodísticos que en el futuro no habría mercado para el computador personal; y el presidente de otra gran multinacional afirmó enfáticamente que sólo habría una docena de computadores en el mundo en los países más ricos. Pero el tesón, las capacidades creativas, el anhelo de triunfar, y el saber aprovechar los puntos de apalancamiento, hicieron posible que la idea de Bill Gates<sup>77</sup> se impusiera en el mundo, y actualmente es **una revolución en marcha**, que le ha permitido ser catalogado como la persona más adinerada del mundo.

<sup>76</sup> En capítulos posteriores se explicará este y otros métodos para mantener –entre otras cosas- el estrés a bajos niveles.

<sup>77</sup> **Gates**, Bill: «*The Road Ahead*», Penguin Books, 1996. // **Gates**, Bill: «*Business @ the Speed of Thought*», Warner Books, New York, 1999. // **Kinsley**, Michael: «*Creative Capitalism: A Conversation with Bill Gates, Warren Buffett, and Other Economic Leaders*», Simon & Schuster, December 2008.

Y el caso de **George Soros** es bien edificante. George Soros nació en Budapest en 1930. Huyendo de la barbarie nazi y de la intransigencia comunista, en 1947 emigró a Inglaterra, donde se graduó de Economista en la London School of Economics. Su historia no es nada sencilla: ha sido emigrante refugiado, pintor de brocha gorda y mozo de estación. Mientras era estudiante en Londres se familiarizó con la obra de Karl Popper, que tuvo una profunda influencia en su pensamiento. En especial usualmente hace referencia a la obra "*La sociedad abierta y sus enemigos*". En 1956 Soros se trasladó a Estados Unidos, donde se nacionalizó, y donde comenzó a acumular una gran fortuna a través de un fondo de inversiones internacionales fundado y gestionado por él mismo. Mediante la aplicación de su filosofía de vida, cimentada en la obra de Popper, ha logrado acumular una gran fortuna financiera, hasta el punto de ser considerado por la revista Forbes como una de las personas más ricas del mundo<sup>78</sup>. Basándose en la obra de Popper desarrolló su teoría de la "**reflexividad**", una especie de proalimentación que se produce, según Soros, cuando existe una "*conexión bidireccional entre el curso de los hechos y el pensamiento de los participantes*", teoría que aplica al mercado financiero con gran éxito.

- **El caso de la empresa Samsung.** En 1987, Lee Kun Hee asumió la presidencia de la compañía Samsung. Y de inmediato estableció un **Plan Estratégico** que denominó: «**Visión 2000**»<sup>79</sup>. Para lograr sus objetivos adoptó las técnicas de la Re-Ingeniería de negocios, conceptualizada como un «*profundo y radical repensar y rediseñar los procesos empresariales – de gestión, de producción, de servucción- para lograr grandes mejoras en los parámetros críticos del desempeño organizacional*»<sup>80</sup>. Con dichos enfoques identificó y abordó los siguientes problemas: - la gestión (administración) de la empresa se había convertido en una trama burocrática, muy rígida y llena de trámites ineficientes, incapaz de adaptarse en forma rápida e inteligente a la ola de cambios de los negocios locales, regionales, nacionales y mundiales. – Internamente, los diferentes grupos de gestión empresarial, presentaban una altísima resistencia al cambio. – La impresión del mercado era de que los productos Samsung presentaban un nivel bajo de calidad y diseño. – La empresa adolecía de planes sensatos de mercadeo estratégico. – El enfoque de negocios carecía de una visión global. – Los costos de los procesos de la empresa y de la mano de obra iban en aumento.

Dentro de su **Plan Estratégico**, Lee Kun Hee halló y puso en marcha el siguiente grupo de soluciones: - **Cambió el horario de trabajo**; del horario de 9<sup>a</sup>.m. a 7 p.m. pasó al horario de 7 a.m. a 4 p.m. – Enfatizó **los logros de alta eficiencia**, tanto a nivel de los procesos de trabajo, los trámites administrativos, los sistemas de información, como de las personas mismas. – Le dio más importancia al **hacer ejercicio y al aprendizaje de otras destrezas** como el hablar un idioma extranjero. – Facilitó a los empleados para que pasaran más tiempos con sus familias, enfatizando la importancia de los **valores familiares**. – Dio el privilegio a los trabajadores de detener la línea de producción si se encontraba un defecto en los productos en proceso, o en las partes constituyentes. – Estableció estrategias para enganchar personal calificado. – Estableció un programa regional de especialización. – Invertió US\$1000 millones en los programas de entrenamiento y perfeccionamiento de los ejecutivos jóvenes.

Los principales resultados obtenidos son: - Incrementos dramáticos en la calidad de los productos. – Aumento en la producción. – Incrementos sustanciales en la eficiencia de los

<sup>78</sup> **Soros**, George: «El nuevo paradigma de los mercados financieros. Para entender la crisis económica actual», Taurus editores, 2008. // **Soros**, George: «Tiempos inciertos: Democracia, libertad y derechos humanos en el siglo XXI», Editorial Debate, 2006. // **Soros**, George: «La Burbuja de la Supremacía Norteamericana», Editorial Debate, 2004. // **Soros**, George: «Globalización», Planeta, 2002. // **Soros**, George: «La crisis del capitalismo global: la sociedad abierta en peligro», Editorial Debate, 1999. // **Soros**, George: «The Alchemy of Finance: Reading the Mind of the Market», Wiley, 2003.

<sup>79</sup> **Davis**, Keith: «The nature of organizing, entrepreunering and reengineering», Arizona state university, 2009. // **Hammer**, Michael; **Champy**, James: «Reengineering the Corporation: A Manifesto for Business Revolution», Harper Business, 1993.

<sup>80</sup> **Davenport**, Thomas H.: «Re-engineering: The Fad That Forgot People», Fast Company, November 1996. // **Malhotra**, Yogesh: «Business Process Redesign: An Overview», IEEE Engineering Management Review, vol. 26, no. 3, Fall 1998. // **Weicher**, Maureen; et al.: «Business Process Reengineering: Analysis and Recommendations», City University of New York, USA, 1999. // **Prosci**: «Reengineering Success Factors», Prosci's 1996-2002/Reengineering Best Practices study (248 companies). // **Bucki**, Janusz; **Roth**, Sylvain: «Decision engineering in a strained industrial and business environment», Paris, 2009. // **Hammer**, Michael: «Reengineering Work: Don't automate, obliterate», Harvard Business Review, Jul/Aug 1990, pp 104-112.

procesos empresariales. – La dedicación y el sentido de pertenencia, la lealtad y el afán de superación de los empleados se incrementaron. – Para el año de 1993 –seis años después del establecimiento del Plan estratégico- la empresa Samsung ya figuraba en las listas de las 500 empresas más importantes del mundo; con ventas de US\$55 millardos (ubicada en el puesto 14) y con ganancias de US\$374.2 millones (ubicada en el puesto 105). – Desde entonces, Samsung ha continuado a la vanguardia en sus líneas de productos (una pantalla plana Samsung se utiliza en el computador mediante el cual se elabora este documento).

## Síntesis de los casos

- Alexis y Ernestina, Bill Gates y George Soros, y la empresa Samsung lograron resultados exitosos en determinado tiempo porque se enfocaron persistentemente con unos objetivos en mente, con un plan seguido tesoneramente, aprovechando sus fortalezas, los puntos de apalancamiento, y desarrollando competencias superiores que los han encumbrado muy por encima del promedio.
- Alexis y Ernestina, siendo individuos del común (estrato socio-económico bajo) han logrado encumbrarse personal y profesionalmente porque sintonizaron sus formas de pensar, sus estructuras actitudinales, sus estructuras paradigmáticas y cognitivas con las ondas de avanzada, con las megatendencias imperantes en el mundo, dentro de un contexto de actuación socio-cultural de alta competitividad<sup>81</sup>, venciendo las restricciones y obstáculos inherentes a todo proceso de mejora continua. Han obtenido un máximo rendimiento de sus esfuerzos.
- Bill Gates y George Soros, como individuos prominentes, han desatado –con su actuación genial- profundas y amplias corrientes de cambio que todavía persisten internacionalmente<sup>82</sup>.
- La empresa Samsung es un modelo de Re-ingeniería de negocios que ha sido imitado por muchas otras empresas de los más diversos sectores de la economía internacional.

La figura mostrada –una telaraña cognitiva- resume los 7 niveles o contextos de actuación del **estudiante exitoso**.

El **estudiante exitoso** está consciente de su capital natural, de sus talentos y competencias, y se apersona de las Técnicas Básicas del Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo (TECBECC), para organizar y aplicar un Plan Creativo de Vida (PCV), en forma coherente, continua y disciplinada.



(1) - En la gestión cotidiana de su plan, empieza – en forma proactiva- por cambiar las estructuras actitudinales y otras estructuras de internas para lograr mayores niveles de desempeño académico y dentro de su contexto socio-cultural, en tres horizontes: corto, mediano y largo plazo.

(2) - Establece la guía nuclear, el motor de su PCV, es decir, una Visión Holística-Estratégica Compartida (Vishec) de los logros que pretende concretar.

(3) - Se apersona y aplica técnicas mucho

Telaraña cognitiva de los 7 dimensiones básicas de actuación del estudiante Exitoso.

<sup>81</sup> Chen, Jason C.H.; Chong, P. Pete; Chen, Y.S.: «Decision Criteria Consolidation: A Theoretical Foundation of Pareto Principle to Michael Porter's Competitive Forces», Journal of Organizational Computing and Electronic Commerce, Vol. 11, No.1, 2001, pp. 1-14. // Foster, Jack: «How to get ideas», Barlett-Koehler Publishers, 2007.

<sup>82</sup> Economía Digital: «Pareto vs Toffler y el simulador de la larga cola», Octubre de 2007, <http://www.simbiontes.com>



más eficientes para asistir a las clases, mentalizándose con respecto a que cada clase es una sesión u oportunidad cognitiva irreplicable, y por lo tanto se ha de aprovechar al máximo.

(4) - Es capaz de poner en práctica métodos eficientes para el estudio extra-clases, ya sea individual y/o en grupo, para lograr un mayor afianzamiento de los procesos neuro-cognitivos que ha iniciado en las sesiones de clases.

(5) - También se apropia y pone en práctica algunos métodos adicionales de estudio eficiente, tales como: el desarrollo superior de la memoria, el poder de la ley de la palanca, el cultivar «nichos y redes» que ayuden al aprendizaje de calidad y de largo alcance, el manejo mapas mentales, telarañas cognitivas y mapas mentales dinámicos –entre otros-.

(6) - Inicia, dentro de los procesos de mejora continua, de perfeccionamiento individual, la aplicación de técnicas superiores de autogestión, que están estrechamente relacionados con un aprendizaje de calidad (P.A.P.A. Premium, de excelencia), tales como: el desarrollo de hábitos saludables de vida, gestión eficiente del tiempo, gestión inteligente del estrés, desarrollo de hábitos altamente eficaces, y demás hábitos que propendan por una salud integral (física, psicoemocional, mental, de la consciencia).

(7) - En los procesos de la disciplina diaria aplica los principios, las técnicas específicas, para lograr el autoconocimiento, e involucrarse en la onda de avanzada de la Revolución Cognitiva/Conscientiva mundial.

## Referencias del Resumen Ejecutivo

- Allen, David: «*Getting Things, The Art of Stress-Free Productivity*», Penguin Books, 2003.
- Alexander, Laurel: «*675 Ways to Develop Yourself and Your People, Strategies, ideas and actions for self-development and learning in the Workplace*», HRD Press, Inc., Massachusetts, 2007.
- Álvarez-Montoya, William: «*Técnicas Básicas de Empoderamiento Cognitivo*», toda la documentación ampliada de los temas expuestos en: <http://virtual2.unalmed.edu.co/moodle>, escogiendo Proyectos de Investigación, luego Empoderamiento Cognitivo, y entrando como invitado con la contraseña tecbecc2010, haciendo clic en el botón Matricularme. E-mail: [wlvarem81@gmail.com](mailto:wlvarem81@gmail.com); [wlvarem@unal.edu.co](mailto:wlvarem@unal.edu.co).
- Amabile, T. M.: «*Motivating creativity in organizations : on doing what you love and loving what you do (Creativity in Management)*», *California Management Review*, vol. 40, 1, pp. 39-58, 1997.
- Aun Weor, Samael: «*Cambiar la forma de pensar*» (conferencia), en <http://sawzone.org> (Junio 2009).
- Aun Weor, Samael: «*Tratado de Psicología Revolucionaria*», «*Didáctica del Auto-conocimiento*», «*La Gran Rebelión*», «*La Revolución de la Dialéctica*», en <http://sawzone.org> (libre descarga en formato PDF; Junio 2009).
- Atkin, J.A.: «*How Students Learn: A Framework for Effective Teaching: Part 1. Thinking-Critical for Learning*», Seminar Series No 22, Melbourne: IARTV, 1993.
- Atkin, J.A.: «*How Students Learn: A Framework. for Effective Teaching: Part 2 Conditions which Enhance and Maximize Learning*», Seminar Series No. 34, Melbourne: IARTV, 1994.
- Atkin, J.A.: «*Leading a Learning Community*», *Journal of the NSW Primary Principal's Council* 4, 20-25.
- Barker, Joel Arthur: «*Discovering the future : The business of paradigms*», 1992.
- Barker, J. A: «*El poder de una visión*». Chart House Learning Corporation. Video, 1998.
- Bawden, R.: «*Problem Based Learning: A Focus for the Quiet Revolution*», *Proceedings the Fourth Annual Conference of the Society for the provision of Education in Rural Australia*, Launceston Tasmania, July, 1989.
- Bennis, W. y B. Nanus: «*Líderes: las cuatro claves del liderazgo eficaz*», Norma, Colombia, 1995.
- Bennis, Warren; Goldsmith, Joan: «*Learning to lead: a workbook on becoming a leader*», Addison-Wesley Publishing Company, Reading, Massachusetts., 1994.
- Bennis, W.: «*The new leadership Advantage*», En: "Leader to leader". No.12, Spring, 1999.
- Birch, C. (1990) *On Purpose* Kensington: NSW University Press.
- Blanchard, K; Zigarmi, Patricia; Zigarmi, Drea: «*El líder ejecutivo al minuto*», Ediciones Grijalbo, Barcelona, 1990.
- Borghino, M.: «*El Nuevo paradigma del Liderazgo*». Editorial Grijalbo, México, 1998.
- Bradford, Robert W.; Tarcy, Brian: «*Simplified Strategic Planning: The No-Nonsense Guide for Busy People Who Want Results Fast*», Chandler House Press, September 2000.
- Branden, Nathaniel: «*Honoring The Self: Self-Esteem and Personal Transformation*», Bantam Books, 1985.
- BrainyQuote, <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/a/alberteins130982.html>, 2009.
- Bruce, Margaret; Daly, Lucy: «*International Evidence on Design*», Manchester Business School Report for the DTI on Creativity and Design, 2005.
- Bucki, Janusz; Roth, Sylvain: «*Decision engineering in a strained industrial and business environment*», Paris, 2009.
- Capra, F. (1982) *The Turning Point* New York: Simon and Schuster.
- Castells, M.: «*Information technology and global capitalism*», in W. Hutton and A. Giddens (eds.) «*On the Edge. Living with global capitalism*», London: Vintage, 2001.
- Catmull, Ed: «*How Pixar Fosters Collective Creativity*», *Harvard Business Review*, 2008.
- CEPAL/ONU: «*Manual de Prospectiva y Decisión Estratégica*», Publicación Naciones Unidas, Santiago de Chile, Sep. 2006.
- Chen, Jason C.H.; Chong, P. Pete; Chen, Y.S.: «*Decision Criteria Consolidation: A Theoretical Foundation of Pareto Principle to Michael Porter's Competitive Forces*», *Journal of Organizational Computing and Electronic Commerce*, Vol. 11, No.1, 2001, pp. 1-14.

- Collins, J.C.; Collins, C.; Porras, J. L.: «*Construyendo la visión de su compañía*», Harvard Business Review, Sep-Oct., 1996.
- Copani, Agata; Nicoletti, Ferdinando: «*Cell-cycle mechanisms and neuronal cell death*», Springer, 2005.
- Covey, S.R.: «*Principle-Centered Leadership*», New York: Summit Books, 1990.
- Covey, Stephen R.: «*The 7 Habits of Highly Effective People*», Free Press, 1989.
- Covey, Stephen: «*El Octavo Hábito: de la eficiencia a la grandeza*», Paidós, 2004.
- Crane, Tim: «*The Mechanical Mind: A Philosophical Introduction to minds, machines and mental representation*», Second edition, New York, Routledge, 2003.
- Davenport, Thomas H.: «*Re-engineering: The Fad That Forgot People*», Fast Company, November 1996.
- Davis, Keith: «*The nature of organizing, entrepreunering and reengineering*», Arizona state university, 2009.
- Dewett, T.: «Understanding the Relationship between Information Technology and Creativity in Organizations», *Creativity Research Journal*, vol.15, 2 & 3, pp. 167-182, 2003.
- Douglas, Stephen: «*Four Essential Enlightenment Myths and they Sailed On with Heavy Hearts*», Georgetown University, 1997.
- DTI: «Creativity, Design and Business Performance », ECONOMICS PAPER NO.15, NOVEMBER 2005.
- Economía Digital: «*Pareto vs Toffler y el simulador de la larga cola*», Octubre de 2007, <http://www.simbiontes.com>
- Edmondson, Amy C.: «The Competitive Imperative of Learning», Harvard Business Review, July 2008, 12 pages.
- Florida, Richard: «*The Rise of the Creative Class*», Washington Monthly, May 2002.
- Foster, Jack: «*How to get ideas*», Barrett-Koehler Publishers, 2007.
- Fresco, Jacques; Meadows, Roxanne: «*Designing the Future, The Future by Design*», The Venus Project, Inc., 2007, <http://www.TheVenusProject.com>.
- Fullan, M. (1991) *The New Meaning of Educational Change*. New York: Teachers College Press.
- Fullan, M., and Hargreaves, A.: «*What's Worth Fighting For? Working Together for Your School*», Melbourne: CEA, 1991.
- Fullan, M., and Hargreaves, A.: «*What's Worth Fighting For In the Principalship?*», Melbourne: ACEA, 1991.
- Gadamer, H-G.: «*Truth and Method*», London: Sheed and Ward, 1979.
- Gardner, H.: «*Frames of Mind*». New York: Basic Books, 1983.
- Gardner, Howard: «*The Ethical Mind*», Harvard Business Review, March 2007, pages 51-56.
- Garreau, Joel: «*Brain Wave of The Future*», Washington Post, Thursday, April 23, 2009.
- Garvin, D. A.: «*Learning in Action. A guide to putting the learning organization to work*», Boston, Mass.: Harvard Business School Press, 2000.
- Gates, Bill: «*The Road Ahead*», Penguin Books, 1996.
- Gates, Bill: «*Business @ the Speed of Thought*», Warner Books, New York, 1999.
- Gazzaniga, Michael S. (editor in-chief): «*The New Cognitive NeuroSciences*», Second edition, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 2000.
- Gilley, J. W.; Maybunich, A.: «*Beyond the Learning Organization. Creating a culture of continuous growth and development through state-of-the-art human resource practices*», Cambridge, Mass.: Perseus Books, 2000.
- Goleman, Daniel: «*La Inteligencia Social: La Nueva Ciencia de las Relaciones Humanas*», 2007
- Goleman, Daniel: «*Inteligencia Emocional*», Editorial Kairós, Junio 2001
- Goleman, Daniel; Boyatzis, Richard: «*Social Intelligence and Biology of Leadership*», Harvard Business Review, 2008.
- Goodstein, Leonard; Nolan, Timothy; Pfeiffer, J.: «*Applied Strategic Planning: How to Develop a Plan That Really Works*», First Edition, McGraw-Hill, June 1993.
- Gorman, Paul F.: «THE GAME OF BUSINESS And How To Play It: The 21 Steps To Irrefutable Success and Great Personal Wealth In Business», BIG SUR PUBLISHING London, 2004.
- Gravet, Linda: «*HR as a Strategic Planning Partner*», e-HResources, <http://www.e-HResources.com>, 2000-2009.
- Guillory, William A.: «*The Science of Consciousness— The Next Scientific Paradigm*», 2009.
- Habermas, J.: «*The Theory of Communicative Action*», Volume 1, Cambridge: Polity Press, 1984.
- HBR Spotlight: «*How to Manage The Most Talented*», Harvard Business Review, March 2007, pages 70-79.
- Hall, B. P.: «*Values Shift: A guide to personal and organizational transformation*», Rockport, MA: Twin Lights Publishers, Inc., 1994.
- Hamel, Gary: «*Leading The Revolution*», Harvard Business School Press, 2000.
- Hammer, Michael: «*Reengineering Work: Don't automate, obliterate*», Harvard Business Review, Jul/Aug 1990, pp 104-112.
- Hammer, Michael; Champy, James: «*Reengineering the Corporation: A Manifesto for Business Revolution*», Harper Business, 1993.
- Hanna, Robert; Thompson, Evan: «*The Mind-Body-Body Problem*», Theoria et Historia Scientiarum: International Journal for Interdisciplinary Studies, Volume 7, Issue 1, pages 23-42, 2003.
- Harris, Kevin: «*Collected Quotes of Albert Einstein*», Stanford University, 1995.
- Hartley, Gregory; Karinch, Maryann: «*I Can Read You Like a Book*», Career Press, 2007.
- Haskel, J.; Cereda, M.; Crespi, G.; Criscuolo, C.: «*Creativity and Design Study for DTI using the Community Innovation Survey*», Queen Mary, University of London, AIM, University of Sussex, OECD, DTI Think Piece 2005.
- Heart, S.F.: «*Albert Einstein Quotes*», 1997 - 2009, <http://www.sfheart.com/einstein.html>.
- Hoggot, Richard; Robotti, Paola: «*Reshaping Globalization*», Central European University, 2001.
- Horkheimer, Max; Adorno, Theodor W.: «*Dialectic of Enlightenment: Philosophical Fragments*», Stanford University Press, 2002.
- Johnson, Vic: «13 Secrets of World-Class Goal Achievers, That Will Help You Achieve Nearly Any Goal You Will Ever Have», A Special Report from Inside the Champions Club, [www.Goals-2-Go.com/champClub2007.htm](http://www.Goals-2-Go.com/champClub2007.htm) (Mayo 2009).
- Kimball, Bob: «*The Book on Management*», Best Business Books, 2004.
- Kinsley, Michael: «*Creative Capitalism: A Conversation with Bill Gates, Warren Buffett, and Other Economic Leaders*», Simon & Schuster, December 2008.
- Kokinda, Susan: «*La importancia de Platón hoy: Los diálogos de Platón, la tragedia de Atenas y el dominio complejo*», 2006.
- Kuhn, Thomas: «*The Structure of Scientific Revolutions*», University of Chicago Press, 1962.
- Land, G. and Jarman, B. (1992) *Breakpoint and Beyond: Mastering the Future - Today*. New York: Harper Business.
- León-R., Miguel Ángel: «*Yo Soy un Negocio, Mi Yo Corporativo Inc.*», Primera Edición, Caracas 8Venezuela), Grupo Empresarial Kingdom, Enero 2005.
- Lepani, B. *The New Learning Society: the Challenge for Schools* Seminar Series No. 33, Melbourne: IARTV.
- Lessig, Lawrence: «*The Future of Ideas*», Random House, First edition, New York, 2001.
- Lévy, Pierre: «*Inteligencia Colectiva: Humanidad emergente en el mundo del ciberespacio*», 2004, <http://inteligenciacolectiva.bvsalud.org>.
- Lipton, Bruce H.: «*The Intelligence of Cell*», in «*Peak Vitality: Raising the Threshold of Abundance in Our Material, Spiritual and Emotional Lives*», Editor: J. M. House, Elite Books, Santa Rosa, CA (USA), 2008.
- Malhotra, Yogesh: «*Business Process Redesign: An Overview*», IEEE Engineering Management Review, vol. 26, no. 3, Fall 1998.
- Malsio, Helene: «*Self Management Secrets for your Ultimate Success*», <http://strategic-services-aust.com/> (Junio 2009).

- **Marques, Paulo:** «La Economía Solidaria como nuevo Movimiento Social Contemporáneo», Tesis doctoral, Brasil Autogestionario, en <http://www.brasilautogestionario.org> (Sep. 2009).
- **Maturana, Humberto; Varela, Francisco:** «The tree of Knowledge», New Science Library, Boston, 1987.
- **McLuhan, Marshall:** «Understanding Media: The Extensions of Man», New York: McGraw-Hill, 1964.
- **McNamara, Carter:** «Strategic Planning (in nonprofit or for-profit organizations)», Free Management Library, 1997-2009, <http://www.managementhelp.org>.
- **Mintzberg, Henry; et al.:** «Strategic Safari, A Guided Tourthrough The Wilds of Strategic Management», The Free Press, New York, 1998.
- **Monzó-Marco, José:** «Pensamiento Sistémico: ideas y reflexiones sistémicas para un mundo complejo», Enero 2009, <http://jmonzo.blogspot.com/> (Agosto 2009).
- **Morin, Edgar:** «Los siete saberes necesarios para la educación del futuro», UNESCO, 1999.
- **Moss-Kanter, Rosabeth:** «Innovation, The Classic Traps», Harvard Business Review, November 2006, 13 pages.
- **Naisbitt, J.:** «Megatrends», London: Pan Books, 1982.
- **Naisbitt, J. and Aburdine, P.:** «Megatrends 2000», London: Pan Books, 1990.
- **Nast, Jamie:** «Idea Mapping: How to Access Your Hidden Brain Power, Learn Faster, Remember More, and Achieve Success in Business», John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, USA, 2006.
- **Nemiro, J.E.:** «Connection in Creative Virtual Terms», *Journal of Behavioral and Applied Management*, vol 2, 2, pp. 92-110, 2001.
- **NSI:** «Brain Matters», The Neurosciences Institute, 2008. <http://www.nsi.edu>.
- **Nature:** «The Evolution and the Brain», Nature Magazine, Volume 447, Issue 7146, page 753, 14 June 2007, <http://www.nature.com/nature>.
- **Noubel, Jean-François:** «Inteligencia colectiva, La Revolución Invisible», 2004.
- **O'Hanlon, Bill:** «Do One Thing Different: And Other Uncommonly Sensible Solutions to Life's Persistent Problems», William Morrow and Company Inc, New York, 1999.
- **OCCRL:** «Strategic Planning Overview», Office of Community College Research and Leadership, Illinois, USA, 2009.
- **Palus, Charles J.; Horth, David M.:** «The Leader's Edge: Six Creative Competencies for Navigating Complex Challenges», Jossey-Bass/The Center for Creative Leadership, 2002.
- **Pareto, Vilfredo:** «New Theories of Economics», 1897.
- **Parker, Marjorie:** «Creating Shared Vision», Clarendon Hills, Ill: Dialog International Limited, 1990.
- **Patestas, Maria A.; Gartner, Leslie P.:** «A Textbook of Neuroanatomy», Blackwell Publishing, 2006.
- **Pathak, R. C.; Patil H.D., Hod:** «Performance enhancement through creative flexibility», London: UK, 2007.
- **Patterson, J.L.:** «Leadership for Tomorrow's Schools», Alexandria VA: ASCD, 1993.
- **Payne, W.L.:** «A study of Emotion: developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire», Dissertation Abstracts International, Volume 47, p. 203A, 1986 (University microfilms No. AAC 8605928).
- **Porter, M.E.:** «The Competitive Advantage of Nations», Macmillan, London, 1990.
- **Porter, Michael E.:** «The Five Competitive Forces That Shape Strategy», Harvard Business Review, 2007.
- **Posner, Michael I.; Rothbart, Mary K.:** «Educating the Human Brain», American Psychology Association, Washington, 2007.
- **Post, Stephen G.:** «Unlimited Love: Altruism, Compassion and Service», Templeton Foundation Press, 2003.
- **Prosci:** «Reengineering Success Factors», Prosci's 1996-2002/Reengineering Best Practices study (248 companies)..
- **Roco, Mihail C.; Bainbridge, William S. (eds.):** «Converging Technologies for Improving Human Performance», National Science Foundation, USA, 2002
- **Rodgers, Gerry:** «The pattern of globalization and some implications for the pursuit of social goals», Working Paper No. 55, Policy Integration Department, International Labour Office, Geneva, February 2005.
- **Ruiz, Don Miguel:** «The Four Agreements», 1997.
- **Rumelhart, D. E.; Zipser, D.:** «Feature discovery by competitive learning», Cognitive Science, Volume 9, pages 75-112, 1985.
- **Searle, John R.:** «The Rediscovery of the Mind, Chapter 38 – The Critique of The Cognitive Reason», Cambridge, MA: MIT Press, 1992.
- **Senge, P.M.:** «The Fifth Discipline: The Art and Practice of the Learning Organisation», New York: John Wiley & Sons, 1990.
- **Senge, A.:** «Calidad y Liderazgo», Ediciones Gestión 2000, Barcelona, 1992.
- **Sergiovanni, T.J.:** «Moral Leadership: Getting to the Heart of School Improvement», San Francisco: Jossey-Bass, 1992.
- **Sergiovanni, T.J.:** «Organizations or Communities? Changing the Metaphor Changes the Theory», *Educational Administration Quarterly* Vol 30, No 2 214-216, 1994.
- **Shapiro, Andrew L.:** «The Control Revolution: How the Internet is Putting Individuals in Charge and Changing the World We Know», PublicAffairs, May 15, 2000.
- **Shein, E.:** «La cultura Empresarial y el Liderazgo», Editorial Plaza and Janes, Barcelona, 1988.
- **Shuman, Michael H.:** «The Small-Mart Revolution», BK, 2007.
- **Silva, Juan; Fontecoba, Ariel:** «De la Globalización a la Economía solidaria», <http://www.economiasolidaria.org> (Sep. 2009).
- **Smart, John C. (editor):** «Higher Education: Handbook of Theory and Research, Volume XXII», University of Memphis, Published by Springer, The Netherlands, 2007 (Chapter 4 - 'Outsiders', Student Subcultures, and the Massification of Higher Education; Chapter 11 - Marketing Sameness: Consumerism, Commercialism, and the Status Quo).
- **Smith, M. K.:** «Howard Gardner and multiple intelligences», The encyclopedia of informal education, 2002-2008, en <http://www.infed.org/thinkers/gardner.htm> (Agosto 2009).
- **Soros, George:** «La crisis del capitalismo global: la sociedad abierta en peligro», Editorial Debate, 1999.
- **Soros, George:** «Globalización», Planeta, 2002.
- **Soros, George:** «The Alchemy of Finance: Reading the Mind of the Market», Wiley, 2003.
- **Soros, George:** «La Burbuja de la Supremacia Norteamericana», Editorial Debate, 2004.
- **Soros, George:** «Tiempos inciertos: Democracia, libertad y derechos humanos en el siglo XXI», Editorial Debate, 2006.
- **Soros, George:** «El nuevo paradigma de los mercados financieros. Para entender la crisis económica actual», Taurus editores, 2008.
- **Swann, Peter; Birke, Daniel:** «How do Creativity and Design Enhance Business Performance? A Framework for Interpreting the Evidence», Nottingham University Business School, DTI Think Piece (2005).
- **Tapscott, Don; Caston, Art:** «Paradigm Shift, The new promise of information technology», McGraw-Hill, October 1992.
- **Tapscott, Don; Williams, Anthony D.:** «WIKINOMICS, How Mass Collaboration Changes Everything», Penguin Group, 2006.
- **Taylor, Gordon:** «A Student's Writing Guide: How to Plan and Write Successful Essays», Cambridge University Press 2009.
- **The Arthur C. Clarke Foundation,** <http://www.clarkefoundation.org/>, 2004-2009.
- **The Seven Dalai Lama:** «Meditations to Transform The Mind», University of Calgary, September 2009.



- **Thorndike**, R.K.: «*Intelligence and Its Uses*», Harper's Magazine, Volume 140, pages 227-335, 1920.
- **Toffler**, A.: «*Future Shock*», London: Bodley Head, 1970.
- **Tolle**, Eckhart: «*The Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment*», New World Library; 1 edition, September 27, 1999.
- **Tracy**, Brian: «*Focal Point – A Proven System to Simplify Your Life, Double your Productivity and Achieve all your Goals*», AMACON: American Management Association, 2002.
- **Trump**, Donald J.: «*Think Like a Champion, An Informal Education In Business and Life*», Vanguard Press, 2009.
- **Weicher**, Maureen; et al.: «*Business Process Reengineering: Analysis and Recommendations*», City University of New York, USA, 1999.
- **Weirich**, Heinz; **Koontz**, Harold: «*Management-global perspective*», 2000.
- **Wilson**, Robert A. ; **Keil**, Frank C. (eds.): «*The MIT Encyclopedia of The Cognitive Sciences*», The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, 1999.
- **Wood**, Gail: «*How To Study: Use Your Personal Learning Style to Help You Succeed When It Counts*»; Second Edition, New York, 2001.

BORRADOR



## PRIMERA PARTE

### *La Actitud Proactiva*

Va mucho más allá de los paradigmas establecidos, del *status quo* determinado por los engranajes socio-culturales operantes.

- **Capítulo 1** - Las fuerzas de cambio que están moldeando el mundo<sup>83</sup>, y su incidencia sobre los individuos<sup>84</sup>.
- **Capítulo 2** - Estructuras actitudinales y la capacidad de ser PROACTIVO, es decir de poner en acción la propia iniciativa. El **Plan Creativo de Vida** (PCV) y sus implicaciones.
- **Capítulo 3** – La capacidad de autogestión y el desempeño eficiente. Gestión del tiempo/1. Gestión del estrés/1. Gestión de las propias competencias/1. Hábitos saludables de vida y hábitos eficaces de actuación cotidiana/1.
- **Capítulo 4** - Destrezas, saberes<sup>85</sup>, competencias necesarias para el logro efectivo de resultados exitosos, actualizando y desarrollando las potencialidades subyacentes. Las inteligencias múltiples. Los estilos de aprendizaje.
- **Capítulo 5** – Técnicas básicas de Aprendizaje Acelerado: El repaso apreciativo. Las técnicas de lectura exploratoria y de lectura rápida; la foto-lectura; la lectura cuántica. Mejorar la capacidad y la calidad de la memoria: las técnicas de la supermemoria.

*«No son nuestros pies sino nuestra mente, nuestra mentalidad, la que nos mueve hacia adelante » - Proverbio chino.*

<sup>83</sup> **Axford**, Barrie: «*The Global System: Economics, Politics and Culture*», Palgrave Macmillan, 1995. // **Cornish**, Edward: «*Futuring: the exploration of the future*», World Future Society, 2004.

<sup>84</sup> **McCormick**, Lain: «*Coping with Change: A Personal Survival Strategy for New Zealanders*», GP Books, 1989. // **Mack**, Timothy C.: «*Forecasts for the Next 25 Years*», World Future Society, 2009.

<sup>85</sup> **Morin**, Edgar: «*Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*», UNESCO, 1999.

# Capítulo 1

## LAS FUERZAS DE CAMBIO QUE ESTÁN MODELANDO EL MUNDO



«El Homo Sapiens Sapiens que ha desarrollado la ciencia y la tecnología hasta conquistar el átomo, el ADN y el espacio, debe conquistar sus mundos internos, desarrollar sus sentidos de percepción interna, despertar el 100% de su Consciencia Divina, si pretende continuar con su senda evolutiva superior, en armonía con el planeta y demás seres vivos», Samael Aun Weor<sup>86</sup>.

En el contexto internacional, hay una variedad de fuerzas que están impulsando amplios y profundos cambios en las formas de pensar (mentalidades) de las personas, los grupos y las sociedades en general<sup>87</sup>, que están moldeando nuevas corrientes socio-económicas<sup>88</sup> y culturales, que están reorientando la técnica y la ciencia, gravitando sobre los estilos de vida, sobre los modos como trabajamos, aprendemos y nos comportamos<sup>89</sup>. En todas las áreas ha surgido un nuevo arquetipo que moldea paradigmas: **la información y el conocimiento**<sup>90</sup>; y un nuevo poder: **el individuo y la 'masa' como catalizadores de cambios**<sup>91</sup>.

El **estudiante exitoso** se ha mentalizado sobre la importancia de conocer las megatendencias (macro-tendencias o tendencias globales)<sup>92</sup> que están reperfilando a la actual civilización, porque dentro de dichos contextos se encuentran las tendencias de las áreas propias de sus dominios cognitivos, tecno-científicos, socio-culturales y económicos específicos, correspondientes al curriculum en el cual está inscrito<sup>93</sup>. Dicha delimitación es la base para elaborar su **Plan Creativo de Vida**, o **PCV**, base de todo su desarrollo cognitivo/conscientivo, profesional, socio-cultural y económico.

Por eso es importantísimo iniciar esta primera parte con el estudio y análisis de las megatendencias del fondo. Este es un primer nivel en el cual debe expresarse la actitud proactiva del estudiante exitoso, es decir poner en acción, en la cotidianeidad, las competencias correspondientes a tener la iniciativa, a ir más allá de la mentalidad imperante, caracterizada por

<sup>86</sup> En varias de sus obras explica la constitución multi-dimensional del Ser Humano y las técnicas precisas para alcanzar nuestro destino trascendente superior. Véase, por ejemplo: «El Misterio del Áureo Florecer», «Las Tres Montañas», «El Matrimonio Perfecto», «La Revolución de la Dialéctica», «Didáctica del Autoconocimiento», «La Piedra Filosofal, o El Secreto de los Alquimistas», descargables gratuitamente, en formato PDF, de la página <http://sawzone.org>.

<sup>87</sup> Dryden, Gordon; Vos, Jeannette: «The Learning Revolution», The Learning Web Limited, 2009. // Viguerie, Patrick; Smit, Patrick; Baghai, Mehrdad: «The Granularity of Growth: How to Identify the Sources of Growth and Drive Enduring Company Performance», Wiley, 2008. // McCormick, Lain: «Coping with Change: A Personal Survival Strategy for New Zealanders», GP Books, 1989. // Slaughter, Richard: «New thinking for a new millennium», Routledge, 1996.

<sup>88</sup> Najmi, Adeel: «Four Megatrends That Will Change Supply Chain Management», i2 Technologies, 2009.

<sup>89</sup> Naisbitt, John: «MindSet, Megatrends changes the way we saw the world», Harper-Collins, 2008. // Leyden, Peter: «Long boom: A vision for the future», Perseus Books, 2000. // Ty, Reynaldo R.: «Megatrends in Power Shifts, Paradigm Shifts: Towards the Construction of New Cosmologies», University of the Philippines College of Social Sciences and Philosophy, 1997. // Naisbitt, John; Aburdene, Patricia: «Megatrends 2000: The Next Ten Years - Major Changes in Your Life and World», Pan Macmillan, 1991.

<sup>90</sup> Cornish, Edward: «Futuring: the exploration of the future», World Future Society, 2004.

<sup>91</sup> Gingrich, Newt; Kamarck, Elaine C.; Schiff, Peter; Kucinich, Dennis: «Assessing Global Trends for 2025», The Futurist, A magazine of forecasts, trends, and ideas about the future, July-August 2009 Vol. 43, No. 4.

<sup>92</sup> Naisbitt, John; Aburdene, Patricia: «Re-Inventing the Corporation: Transforming Your Job and Your Company for the New Information Society», Warner Books, 1986. // Aburdene, Patricia: «Megatrends 2010: The Rise of Conscious Capitalism», Hampton Roads Publishing, 2007. // Naisbitt, John; Aburdene, Patricia: «Megatrends for Women», Villard Books, 1992. // Naisbitt, John; Naisbitt, Nana; Philips, Douglas: «High Tech High Touch: Technology and Our Accelerated Search for Meaning», Editor: Nicholas Brealey, Londres, 2001. // Naisbitt, John: «Megatrends Asia. Eight Asia Megatrends that are reshaping our world», Simon & Schuster, 1997.

<sup>93</sup> Maxwell, Ian E.: «Managing Sustainable Innovation, The Driver for Global Growth», Springer, 2009. // Froehlich, Robert J.: «Investment megatrends», Wiley, 2006. // Marquardt, Michael J.; Engel, Dean W.: «Global human resource development», Prentice-Hall, 1993. // Albertson, Maurice L.; Rouse, Hunter; Papadakis, Constantine: «Megatrends in hydraulic engineering», Colorado State University, Dept. of Civil Engineering, 1986.



el status quo, por la «*inercia paradigmática*», que va de la mano con la «*ceguera paradigmática*» y la «*vaguedad cognitiva*». Aquí, es donde debe mostrar gran iniciativa para indagar, explorar, recabar, analizar la información pertinente, con el fin de tener sólidas bases, un contexto cognitivo fuerte, unas estructuras paradigmáticas poderosas<sup>94</sup> que le permitan establecer su propio **PCV**.

Y hay unos temas candentes implicados:

- La Colaboración, el trabajo en grupo desde la más tierna formación de los individuos e individuos.
- El acceso digital
- Las oportunidades económicas, el empleo
- Las tecnológicas emergentes
- El medio ambiente
- La salud física, mental, psicoemocional
- El servicio social
- La creatividad y la innovación
- El confort y la seguridad
- El entrenamiento, la educación
- El Empoderamiento Cognitivo/Consciente.

## La Economía Global

Actualmente, estamos en una Economía guiada por el mercado, donde el individuo consumidor y la masa consumidora se constituyen en los canales estratégicos principales que guían y definen el diseño, la publicidad, la distribución y el consumo<sup>95</sup>. Esta dinámica de cambios en las estructuras económicas del sistema global, es la tercera que se presenta en los últimos 100 años:

**1ª)** - Desde los inicios del siglo XX se configuró, en la estructura económica internacional, un conjunto de técnicas de mercadeo (la Mercadotecnia) en cuyos fundamentos – a su vez- se erigieron los comerciantes y las firmas como los canales principales, debido a las limitadas opciones de compras (en comparación con los estándares actuales) y a los pequeños volúmenes de ingresos disponibles por parte de los individuos.

**2ª)** - En la segunda mitad del siglo XX, todas las estructuras del mercadeo minorista, vistas previamente como simples intermediarios, emergieron como los canales mercadotécnicos principales, definidores de la mayor parte del accionar del mercado. Dichos actores poseían los datos, la información y las relaciones directas con los consumidores, y –gracias a los supermercados e hipermercados- los minoristas han sido capaces de utilizar tales ventajas para ganar significativo apalancamiento sobre los manufactureros y los distribuidores. Así, las fuerzas del capitalismo oportunista garantizaron que floreciera la competencia en los contextos minoristas.

<sup>94</sup> Katsioloudes, Marios I.: «*Strategic management: Global Cultural Perspectives for Profit and Non-Profit Organizations (Managing Cultural Differences)*», Butterworth-Heinemann, 1st edition, 2006.

<sup>95</sup> Najmi, Adeel: «*Four Megatrends That Will Change Supply Chain Management*», i2 Technologies, 2009.

3ª) - Desde la última década del siglo XX todos estos procesos mercadotécnicos se han acelerado, impulsados por los desarrollos de las tecnologías computacionales, en especial de La Internet, que han desarrollado el comercio on-line o comercio electrónico, vía redes de computadores; dicha aceleración también se visto empoderada por un mayor nivel de ingresos de los individuos, de las sociedades y de los países, a la par que por los aumentos poblacionales.

La revolución de la información es la base del comercio vía Internet<sup>96</sup> que conjuntamente con la gran redistribución de ingresos ha dado origen a la «*burbuja económica*» originada en el periodo 1996-2001, que – a su vez- han originado la gran crisis global presente desde 2006-2007. En esta tercera fase, el comercio electrónico directo ha hecho que el consumidor individual sea el foco central en el continuum de la cadena distribuidora, de la estrategia y de los procesos mercadotécnicos.

La transferencia de poderes de los manufactureros a los minoristas y a los individuos ha ampliado y profundizado una serie de *cambios paradigmáticos* –en lo que a la economía se refiere- sobre cómo los productos y servicios se diseñan y se desarrollan, se distribuyen y se les presta servicio durante su vida útil, y de cómo la obsolescencia los retira del mercado.

En la plataforma actual de la Economía global multi-empresarial –y también para el futuro próximo- los factores mercadotécnicos y las canales de distribución y consumo están sometidas a un conjunto de megatendencias reperfiladoras del sistema económico global:

1ª) – El consumo masivo y la participación directa de los individuos en diversas fases del diseño, la elaboración y la distribución de los productos y servicios. Las redes de computadores, principalmente La Internet, están facilitando todos estos procesos.

2ª) – Mayores grupos de población con mayores ingresos. Y mayores y mejores accesos a la tecnología. Esto hará crecer –como nunca antes visto- la población mundial interconectada que tendrá acceso al consumo directo vía redes de computadores.

3ª) – A la par que se dará una mayor cobertura de la globalización, también se presentará nichos mercadotécnicos micro-segmentados. La población de mayor edad tendrá mucha mayor participación en la población de los países ricos, especialmente en Norteamérica, Europa, Japón, Australia, y la parte rica de China, del sudoeste asiático, de Latinoamérica y África.

4ª) – La creatividad, la competencia por talentos, la innovación, se han convertido en factores claves del mercadeo y su incidencia se incrementará en las próximas décadas.

5ª) – El trabajo colaborativo entre grupos de personas y entre conglomerados empresariales redefinirán la forma como los individuos consumen, y afectará todas las fases del proceso mercadotécnico.

<sup>96</sup> Kalakota, Ravi; Robinson, Marcia: «e-Business 2.0: Roadmap for Success», 2nd Edition, 2000. // Silverstein, Barry: «Business to business Internet marketing», Maximum Press, 4th edition, 2001. // Cunningham, Peter; Froeschl, Friedrich: «Electronic Business Revolution, Opportunities and Challenges in the 21st Century», Springer, 1st edition, 1999. // OECD: «Open Innovation in Global Networks», 2008.

## Economía Social Solidaria

La Economía Social y Solidaria es un sistema socioeconómico, cultural y ambiental conformado por el conjunto de fuerzas sociales organizadas en formas asociativas identificadas por prácticas autogestionarias solidarias, democráticas y humanistas, sin ánimo de lucro para el desarrollo integral del ser humano como sujeto, actor y fin de la economía. (Ley 454/1998 artículo 2)<sup>97</sup>.

Y la Economía solidaria, en sus diversas expresiones, se ha convertido en una megatendencia mundial que está jalonando grandes cambios en la forma de hacer negocios y – especialmente- en la forma como son repartidas las utilidades de los negocios o empresas.



La economía solidaria contribuye al desarrollo económico, al fortalecimiento de la democracia, a la equitativa distribución de la propiedad y el ingreso y a la racionalización de todas las actividades económicas, a favor de la comunidad (Ley 454/1998 artículo 3).

Son diversos los factores que han impulsado el surgimiento de las tendencias mundiales con respecto a La Economía Social y Solidaria<sup>98</sup>.

(1º) – Sus orígenes pueden rastrearse hasta la más remota antigüedad de las culturas humanas. En particular en las comunidades autóctonas de todo el mundo persisten sistemas de intercambio centrados en lo solidario y en el trueque.

(2º) – La **Economía Social Solidaria**, se posiciona – en primer lugar- como un conjunto de iniciativas y de proyectos socio-económicos policentrados<sup>99</sup> de distintos actores sociales, gubernamentales, empresariales y políticos que tratan de elaborar diversas alternativas económicas que garanticen mayores eficiencias en la distribución ampliada de los ingresos y la riqueza<sup>100</sup>. En segundo lugar, la **Economía Social Solidaria** emerge como un proyecto de transformación social multifacético y multinivel<sup>101</sup>, cuyos objetivos básicos se centran en procura construir unas estructuras económicas que se configuren como una clara y eficiente alternativa a las prácticas dominantes y el capitalismo establecido<sup>102</sup>.



En tercer lugar, la **Economía Social Solidaria** se plantea como una disciplina teórica que toma a la asociatividad, la solidaridad, la cooperación y la reciprocidad, el trueque y los sistemas de intercambio local, las monedas alternativas y la banca solidaria, el consumo responsable y el comercio justo,

<sup>97</sup> Normatividad colombiana sobre el Sector de la Economía Solidaria.

<sup>98</sup> Silva, Juan; Fontecoba, Ariel: «De la Globalización a la Economía solidaria», <http://www.economiasolidaria.org> (Sep. 2009). // Marques, Paulo: «La Economía Solidaria como nuevo Movimiento Social Contemporáneo», Tesis doctoral, Brasil Autogestionario, en <http://www.brasilautogestionario.org> (Sep. 2009).

<sup>99</sup> Gaiger, L. I.: «La Economía Solidaria y el capitalismo en la perspectiva de las transiciones históricas», 2007; en Coraggio, J. L. (Org.): «La Economía Social desde la periferia. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social», Altamira, UNGS, Bs. As.

<sup>100</sup> Coraggio, J. L.: «Una perspectiva alternativa para la Economía Social: de la Economía Popular a la Economía del Trabajo», 2007; en Coraggio, J. L. (Org.): «La Economía Social desde la periferia», Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social», Altamira, UNGS, Bs. As.

<sup>101</sup> Razeto, L.: «La Economía de Solidaridad: concepto, realidad y proyecto», 2007; en Coraggio, J. L. (Org.): «La Economía Social desde la periferia. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social», Altamira, UNGS, Bs. As. // Razeto, L.: «¿Qué es la Economía de Solidaridad?», 1985; «El camino de los pobres y de la Economía Popular», en «Los caminos de la Economía de Solidaridad», Ediciones PET, Santiago de Chile.

<sup>102</sup> Gaiger, L. I.: «Eficiencia sistémica», 2004; en Cattani, A. D. (Org.): «La otra economía», Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, OSDE, UNGS, Bs. As. // Gaiger, L. I. (2004b): «Emprendimientos económicos solidarios», 2004; en Cattani, A. D. (Org.): «La otra economía», Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, OSDE, UNGS, Bs. As.



como fuerzas económicas efectivamente existentes en los diversos entornos de la realidad social y con claras posibilidades de crear nuevas formas de hacer economía socialmente eficaz y eficiente. Ello supone, en consecuencia, definir a la **Economía Social Solidaria** como un movimiento esencialmente crítico de las estructuras y procesos económicos y socio-culturales – sin desconocer la existencia de otras miradas-. Desde esta perspectiva, la crítica comienza por el cuestionamiento de las estructuras económicas dominantes y los procesos lógicos socio-culturales que le son inherentes.

En los procesos del devenir histórico de las culturas y civilizaciones humanas, el sistema de producción capitalista se ha caracterizado por su capacidad de producir riquezas materiales, con algunos logros culturales y tecnológicos de importancia. El capitalismo está fundado, entre otras, en la creencia de que el mercado es capaz de autorregularse para el bien de todos, que la competencia es el mejor modo de relación entre los hombres, y que es válida la apropiación individual, o por unos pocos clanes, de la riqueza obtenida, tanto material como financiera<sup>103</sup>. Sin embargo, esta dinámica del capitalismo ha sido acompañada por una constante concentración de la renta, la riqueza, los factores de producción y de capital, provocando crecientes desequilibrios regionales e internacionales, desigualdades sociales, miseria y exclusión. Las filosofías y estrategias de las empresas capitalistas se basan en generar bienes y servicios, conocimiento, ciencia y tecnología, para obtener un excedente monetario entre el dinero invertido en la producción y el dinero obtenido mediante la distribución y venta de esa producción.

Se dice que el dinero – en sus diferentes formas- funge como capital precisamente cuando sigue esta espiral dinámica de auto-valorización constante<sup>104</sup>. Pero los bienes y servicios producidos no sólo son mercancías mediante las cuales se realiza la ganancia del capitalista, también son los medios a través de los cuales las personas y las familias y demás grupos humanos satisfacen sus necesidades.

Sin embargo, esta condición que hace de las mercancías objetos útiles, satisfactores de necesidades humanas, está subordinada a la maximización del capital invertido en su producción. Esto significa que las empresas capitalistas producirán mercancías en la medida en que obtengan un beneficio por ello, sin importar las necesidades o las personas que dependan de ellas. Es decir, las lógicas de acumulación y lucro, consustanciales al capitalismo<sup>105</sup>, son ciegas a las necesidades humanas y a los límites de sustentabilidad ecológicas, pues sólo reconocen la demanda efectiva, por lo tanto, quien no tiene capacidad de compra no es reconocido por el capital como perteneciente al mercado, queda de hecho marginado de las estructuras capitalistas<sup>106</sup>.



La **Economía Social Solidaria** enfatiza<sup>107</sup>:

<sup>103</sup> Polanyi, Karl: «La Gran Transformación, Los orígenes políticos y económicos de nuestro tiempo», 2007, FCE, Bs. As. Cap IV: «Las sociedades y los sistemas económicos», Cap. V: «La evolución del patrón de mercado», Cap. VI: «El mercado autorregulado y las mercancías ficticias: mano de obra, tierra y dinero», Cap. X: «La economía política y el descubrimiento de la sociedad». // Polanyi, Karl: «El sistema económico como proceso institucionalizado», en Godelier, M. (Ed.): «Antropología y Economía», Ed. Anagrama, Barcelona, 1970. // Polanyi, Karl: «Nuestra obsoleta mentalidad de mercado», 1980; traducido al castellano de Economie primitive, archaïque e moderne, Giulio Einaudi Editore, Turin (originariamente publicado en Commentary, Núm. 13, 1947).

<sup>104</sup> Coraggio, José Luis: «Los caminos de la economía social y solidaria», Iconos, Revista de Ciencias Sociales No. 33, páginas 29 – 38, Enero 2009. // Merlinsky, G.; Rofman, A.: «Los programas de promoción de la Economía Social: ¿una nueva agenda para las políticas sociales?», 2004; en Forni, F. (Comp.): «Caminos solidarios de la economía argentina. Redes innovadoras para la integración», Ediciones CICCUS, Bs. As.

<sup>105</sup> Mandel, E.: «I. La teoría del valor y de la plusvalía» y «II: El capital y el capitalismo», en Introducción a la teoría económica marxista, 1973, Ediciones Cepe, Bs. As.

<sup>106</sup> Rubin, I.: «Primera Parte. Teoría marxista del fetichismo de la mercancía: I. Las bases objetivas del fetichismo de la mercancía; II. El proceso de producción y su forma social; III. Cosificación de las relaciones de producción entre los hombres y personificación de cosas», 1974, en Ensayos sobre la teoría marxista del valor, Cuadernos de Pasado y Presente, Ediciones PyP, Córdoba (Argentina).

<sup>107</sup> Razeto, L.: «La ciencia económica ante la Economía de Solidaridad. Visión crítica de la historia de la disciplina», 1994, en Economía de Solidaridad y Mercado democrático (Libro segundo), Ediciones PET, Santiago de Chile. // Singer, P.: «Economía Solidaria. Un modo de producción y distribución», 2007, en Coraggio, J. L. (Org.): La Economía Social desde la periferia. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, UNGS, Bs. As.

- El carácter comunitario del conocimiento y de los bienes de producción y de servucción.
- La distribución equitativa de los rendimientos.
- Los valores humanos como la solidaridad, la cooperación.

Las expresiones más comunes de la **Economía Social Solidaria** incluyen<sup>108</sup>:

- Las cooperativas de muy diversas categorías y niveles.
- Las mutuales y los fondos de empleados.
- Las organizaciones no gubernamentales sin ánimo de lucro.
- Las acciones comunales y demás iniciativas de grupos comunitarios.
- Los Sistemas de Moneda Local.
- La banca solidaria.
- El consumo responsable.

## Sociedad y Cultura

Desde finales del siglo XX se ha venido configurando lo que se ha dado en llamar el fenómeno de la *globalización*<sup>109</sup>. Varias son las dimensiones de dicha globalización:

- El nuevo **paradigma de la Ecología** ganará –en las próximas décadas- una posición mucho más fuerte que la actual, en todo el mundo. Como consecuencia:
  - Se incrementará la «*consciencia verde*» en la economía global, incrementándose las regulaciones gubernamentales.



- Se ampliarán los mercados para la «*tecnología verde*», el manejo de desechos reciclables, y la restauración de los recursos naturales.
- Emergerán nuevos mercados relacionados con los estilos de vida significativos y plenos de «*consciencia planetaria*», en los países más ricos.

– Se afianzará una fuerte competencia por la gestión, la producción y la servucción ecológicas en todas las empresas, tanto públicas como privadas; de modo que la «*Megatendencia ecológica*» será el denominador común en todos los nichos de mercado.

– Surgirá y se impondrá un mercado mundial abierto para la economía, la información, la ciencia y la tecnología, reforzando las comunidades locales, la biodiversidad, la etnodiversidad, en todos los países.

– Las nuevas arquitecturas empresariales tendrán como bases comunes: la descentralización, la organización e interacción en red, delegación de autoridad y funciones de entidades locales y regionales, y se motivará y se gestionará el empoderamiento cognitivo de los individuos a todo nivel<sup>110</sup>.

<sup>108</sup> Currency Systems: «*LETS - Local Exchange Trading Systems*», en <http://www.transaction.net/money/lets/> // Local Currency, en [http://en.wikipedia.org/wiki/Local\\_currency](http://en.wikipedia.org/wiki/Local_currency)

<sup>109</sup> Brown, Janet P.: «*Globalization in 2020*», Nova Science Publishers, December 30, 2006. // Lund Hansen, Jon; Christensen, Per A.: «*Invisible Patterns: Ecology and Wisdom in Business and Profit*», Quorum Books, 1995.

<sup>110</sup> Merriam, Sharan B.; Caffarella, Rosemary Shelly: «*Learning in adulthood, a comprehensive guide*», Jossey-Bass Publishers, 1998.

- Los avances tecnológicos han incrementado y mejorado las herramientas que facilitan las «**redes sociales**» que dinamizan el comercio electrónico y acerca a grupos disímiles de población<sup>111</sup>. El mercadeo social –facilitador del mercadeo directo- ha incrementado la gama de herramientas que permiten acercar a las empresas y los comerciantes con los individuos, con los consumidores directos, a través de nuevos canales de comunicación y mercadeo. El objetivo primario de las empresas con la utilización de los «**medios sociales**» es el de acercar a los consumidores actuales y enganchar a consumidores potenciales para incrementar las ventas y lograr unos mayores «**satisfactores**» para los clientes, dentro de la premisa de que «**el contenido es el medio**», haciendo que las redes globales de consumidores estén cambiando prácticamente todos los procesos del mercadeo, e impactando lo social, lo cultural, lo personal<sup>112</sup>.

La «**medios sociales**» está interactuando con las estrategias tradicionales de mercadeo, con la estrategia web corporativa, y la estrategia de mercadeo por Internet, como se ilustra en la figura 1.1. Dichas interacciones están redefiniendo con nuevas características a todos los procesos de mercadeo, de cómo las personas compran y venden.



**Figura 1.1** Relación entre las estrategias de los medios sociales, la página web corporativa y el mercadeo por Internet.

La **Estrategia Web Corporativa** es el basamento, la línea base de actuación socio-mercado-técnica de la empresa, expresada en la estructura de páginas web empresarial, donde los clientes, consumidores actuales y potenciales, tienen información de primera mano sobre la empresa y sus productos y servicios, y a través de la cual interactúan y efectúan diversas transacciones comerciales y financieras. Puede emplear las redes de la Intranet, la extranet incluida la Internet. La **Estrategia de Mercadeo en Internet** es el medio a través del cual la empresa mezcla inteligentemente las redes tradicionales, publicidad y promoción, sistemas de pedidos y

pagos, soporte técnico, y sistemas de medios sociales, con la red de redes (la Internet). La **Estrategia de Medios Sociales** empodera los sistemas de relaciones y redes empresariales, enfocando el poder de las redes y los procesos de retroalimentación, a través de redes sociales que los clientes utilizan, ya sean propias de la empresa o de otras empresas.

«**Medios sociales**» es un término general utilizado para describir las diversas herramientas tecnológicas que permiten y facilitan la colaboración digital y la comunicación entre diferentes personas y grupos<sup>113</sup>. Estas herramientas combinadas sinérgicamente con las redes sociales (tipo My Space, Facebook, Ning, LinkedIn, Twitter, Scribd, Slideshare, Bookstore, etc.) le están dando a los individuos las capacidades de conversar, imaginar, crear, compartir, y colaborar en una escala nunca antes vista en las culturas humanas. Estos cambios en los comportamientos socio-culturales están cambiando –a su vez- aceleradamente las estrategias y medios de publicitar, vender y compartir la información acerca de productos y servicios<sup>114</sup>.

Actualmente, las redes mercadotécnicas digitales están iniciando un proceso de auto-organización, en formas mucho más rápidas que las empresas tradicionalmente usuarias de las redes digitales. Debido a la web, los mercados están mejor informados –a cuasitiempo real-

<sup>111</sup> Radoff, Jon: «Megatrends in Video Gaming», GamerDNA Inc., <http://www.gamerdna.com>, 2009.

<sup>112</sup> Smith, Tom: «Global Social Media Trends», Social Media summit, My 14th 2009, <http://www.trendstream.net>. // Levine, Rick; Locke, Christopher; Searls, Doc; Weinberger, David; McKee, Jake: «The Cluetrain Manifesto: The End of Business as Usual», Basic Books, (10<sup>th</sup> Anniversary Edition), 2009.

<sup>113</sup> PopLabs: «Social Media Metrics, Mining the social media conversation, social media optimization», Social Media Bootcamp, 2009, <http://www.poplabs.com>. // Lawrence, Jean: «How Webvan hopes to leapfrog the competition to the customer's front porch», Internet Retailer, September 2000, <http://www.internetretailer.com>.

<sup>114</sup> Hurd, Barry: «Brand Building with Social Media», <http://www.123socialmedia.com>, 2009. // Harari, Oren: «Leapfrogging the Competition: Five Giant Steps to Becoming a Market Leader», Prima Lifestyles, 2<sup>nd</sup> Revised edition, 1999.





responden más ágilmente a las necesidades de los clientes, y cada vez tienen muchas más características peculiares que las empresas tradicionales se tardarían años en adquirir.

Los «medios sociales» son herramientas conversacionales a través de redes de computadores<sup>115</sup>.

Varios son los tipos de los «medios sociales»<sup>116</sup> utilizados para enganchar e interactuar con los consumidores<sup>117</sup>:

- **Email / Newsletters:** El Email (correo electrónico) y los Newsletters (reportes de noticias) han expandido su extensa conectividad con la llegada de la tecnología celular (Mobile), permitiéndole a las empresas –por todo el mundo- el ampliar su audiencia y el número de clientes, de los cuales puede recuperar y leer sus mensajes digitales en, virtualmente, cualquier lugar del planeta.
- **Forums:** la tecnología de los Forums ofrece a las empresas un método efectivo para interactuar con las personas y monitorear conversaciones sobre tópicos específicos y más reales intereses, y más confiabilidad en la determinación de los gustos de las personas. Los Forums han demostrado tener la habilidad de crear y desarrollar estrechos nichos de mercado (micro-segmentación, o granularidad mercadotécnica) y desarrollar comunidades basadas en la honestidad y la confianza.
- **Wikis:** La tecnología de los Wikis es un tipo de aplicaciones basadas en web que permite a los usuarios el desarrollar, editar, y distribuir sus conocimientos sobre un tópico de su escogencia. Las empresas están comenzando a empoderar los Wikis logrando con ello bajos costos de entrenamiento, desarrollo de productos, y para retener y mejorar la información sobre los procesos corporativos.
- **Blogs:** Los Blogs son las herramientas de los «medios sociales» más efectivas, fáciles de desarrollar, y las más populares, facilitando la comunicación y las conversaciones, y creando un entorno de confianza entre las empresas y sus clientes actuales y potenciales, y con los usuarios en general. Existen muchas herramientas, sin costo, para crear Blogs; en todas ellas se ofrecen plantillas especializadas y la habilidad de instalar y rápidamente iniciar la publicidad de los contenidos. La creación de Blogs está disponible en muchos websites tales como Wordpress (<http://wordpress.com>) o Blogger (<https://www.blogger.com/start>) donde todo lo que se necesita es una cuenta de usuario y se puede comenzar a publicar en el blog creado. Una variante que ha surgido es la del **Micro Blogging** que es un blog conciso, lacónico, utilizado para mensajes cortos y de rápida distribución.
- **Audio / Podcasts:** Sin lugar a dudas, los Podcasts (audioclips) facilitan a las empresas el enfocar los mensajes hacia un determinado público; los podcasts sin mensajes personales de audio (sin texto ni fotografías) que pueden ser escuchados online o descargados en el computador para después oírlos offline (fue de línea). La comunicación verbal humana es un factor circadiano, profundamente enraizado en nuestros genes, empleado por las personas y los grupos para transmitir mensajes, ideas, y para influenciar a los demás. De ahí, que una estrategia mercadotécnica muy utilizada en la web es la de los mensajes verbales grabados como podcasts. Esta estrategia ha avanzado para incluirse en dispositivos como los ipods y los teléfonos celulares para abarcar mayores grupos de audiencia en mercadeo, especialmente para

<sup>115</sup> Broitman, Robin «Social Media Case Studies Superlist – 23 Extensive Lists of Organizations Using Social Media», December 2008, <http://www.interactiveinsightsgroup.com>.

<sup>116</sup> Hissrich, Amy: «Social Media Tools», Knowledge Initiatives, 2009, <http://www.asaecenter.com>. // Moore, John: «Tribal Knowledge: Business Wisdom Brewed from the Grounds of Starbucks Corporate Culture», Kaplan Business, 2006. // Jacobs, Charles: «A Mind for Selling Brain Science Is Turning Management On Its Head», Portfolio, 2009. // Fudenberg, Drew; Gilbert, Richard J.; Stiglitz, Joseph; Tirole, Jean: «Preemption, Leapfrogging and Competition in Patent Races», European Economic Review, Vol 22, No. 1, June 1983, pages 3-31. // Armstrong, Gary; Kotler, Philip: «Marketing: An Introduction», 6th ed., New Jersey, Prentice Hall, 2003.

<sup>117</sup> Hollier, Pete: «The Social Media Tools», SEO Wizardry, 2009, <http://seowizardry.ca>.



que los podcasts sean escuchado mientras se camina, se está en espera, dentro del carro, cuando se descansa, etc., son eventos que permiten ampliar el rango de cobertura de la publicidad de productos y servicios.

– **Pay-Per-Click Advertising:** Pay-Per-Click (PPC), o Publicidad-Pagada-por-Click), se está convirtiendo rápidamente en uno de los medios más utilizados para el mercadeo en Internet<sup>118</sup>. Mientras que las extensas listas,

que normalmente se manejan, dan resultados a largo plazo, un enfoque holístico incluye una cuidadosa campaña basada en PPC que generalmente suministra resultados más rápidos y más efectivos. Si una empresa desea obtener resultados efectivos inmediatos, dentro de su mezcla mercadotécnica online, entonces la técnica PPC es una de las más indicadas.

- **Photo Sharing:** La herramienta Photo Sharing (compartir fotos) es muy popular, especialmente en el segmento poblacional joven. Y aunque, como dice el refrán «*una imagen vale más que mil palabras*», Photo Sharing es una herramienta menos interactiva que –por ejemplo- el Blogging, los Videos, o las «*Redes Sociales*». El Photo sharing tiene un potencial limitado para numerosas empresas, el sector de los SEO (Social Media Consultants ≡ Consultantes de Medios Sociales ), los Contadores y otros profesionales que ofrecen servicios pueden hallar difícil compartir fotos relevantes que promuevan sus negocios. Sin embargo, otros negocios como la industria de la moda, las empresas inmobiliarias, y –por supuesto- las empresas de fotografía obtienen muchos beneficios al desarrollar aplicaciones del Social Photo.
- **Live Casting:** La técnica del Live Casting (show en vivo) se utiliza tanto en radio como en video en Internet, y permite diseñar y publicar shows en vivo para determinar opinión pública, desarrollar ideas y productos, con base a los gustos reales de las personas.
- **Virtual Worlds:** Esta herramienta permite atraer, enganchar, y comunicarse con los clientes vía “*Mundos Virtuales*” creados por computador. Muchas empresas los están utilizando como IBM, Sony y NBA logrando altos niveles de respuesta por parte de los clientes.
- **Gaming:** Los juegos en línea permiten recabar información importante sobre ciertos segmentos de población, como los jóvenes.
- **Social Book Marks / Aggregators:** Los libros sociales y las listas de agregados son unas de las primeras herramientas utilizadas para obtener opiniones de los visitantes de una sitio web. Mediante dicha información es posible la comunicación con los clientes actuales o potenciales<sup>119</sup>.
- **Rich Site Summary (RSS):** Esta herramienta, Sumarios de contenidos, permite comunicarse frecuentemente con una audiencia online lo que facilita ampliar la base de clientes.
- **Search Engines:** Los mecanismos de búsqueda, involucrados en sitios web, combinados con otras herramientas de monitoreo, pueden brindar a las empresas la habilidad de determinar tendencias de gustos y necesidades de los usuarios de un sitio web.

<sup>118</sup> **Castelar Articles:** «Google 4 P's Marketing Mix», 2005, <http://articles.castelarhost.com>. // **Elgin, Ben:** «Google: Beyond the Hype», BusinessWeek, 3 May 2004, pages 82-90. // **Boone, Louis E.; Kurtz, David L.:** «Contemporary Marketing Plus», 8th ed., Florida: The Dryden Press, 1995. // **Research and Markets:** «Global Consumer Trends», 2009, <http://www.researchandmarkets.com>.

<sup>119</sup> **Broitman, Robin:** «Ultimate Guide to Delicious Social Bookmarking», June 2009, <http://www.interactiveinsightsgroup.com>.



– **Communication:** Las herramientas de comunicación, combinadas con muchas otras herramientas, están facilitando la continuidad del contacto con clientes actuales y potenciales; una herramienta de estas Skype está acaparando millonadas de usuarios, ofreciendo servicios novedosos de comunicación. – **Social Media Monitoring:** Los programas para el monitoreo de los medios sociales, la parametrización de las variables principales involucradas, y la generación de estadísticas, permiten determinar la efectividad de dichas herramientas y el retorno sobre la inversión efectuada<sup>120</sup>.

- Otras megatendencias socio-culturales incluyen:

– Preponderancia de una forma estándar de organización social y de gobierno, con base en ideales de democracia, libertad de mercado, respeto a las libertades individuales –dentro de cierta normatividad-, respecto a la etnodiversidad<sup>121</sup>.

– Influencia preponderante de la sinergia entre la cultura occidental y la cultura oriental, reflejada especialmente en la medicina y demás ciencias de la salud, en los estilos de vida, en los procesos educativos, en las ciencias y en los equipos de investigación de avanzada.

– Una influencia creciente en la estandarización de estilos de vida globales con marcado acento occidental, lo cual se refleja en el idioma (el Inglés sigue siendo el lenguaje técnico-comercial, científico-académico del mundo), en las formas de vestir, en el comportamiento social y las costumbres, en los estilos de liderazgo y administración de las empresas<sup>122</sup>, en los artefactos que se utilizan en la vida cotidiana, en los procesos de telecomunicaciones, etc.

– Renacimiento de las artes y de los movimientos religiosos, esoteristas y espiritualistas, afianzamiento del liderazgo femenino y de los nacionalismos culturales<sup>123</sup>.

– Privatización creciente de las funciones y de los organismos y empresas estatales; resurgimiento de la cuenca del Pacífico.

– Una incidencia cada vez más creciente del individuo en todos los aspectos de la sociedad, de la cultura, y de las ciencias y de las tecnologías<sup>124</sup>.

## Ciencia y Tecnología

El futuro de las sociedades, en todo el mundo, está siendo reperfilado por fuertes megatendencias, que ningún gobierno puede controlar directamente. Tendencias como los procesos demográficos, la globalización, los factores relativos al medio ambiente, las estructuras sociales y los estilos de vida, las fuerzas concernientes al liderazgo femenino y a la etnodiversidad, los aspectos relacionados con la ciencia y la tecnología. Todos estos factores

<sup>120</sup> **Metricsman:** «Insight and Opinions on the Fast Changing World of Social Media and Public Relations Research and Measurement», June 2009, <http://metricsman.wordpress.com/>

<sup>121</sup> **OECD:** «Government of the Future», <http://www.oecd.org/bookshop/>, 2001. // **Alter,** Rolf: «What future for government?», OECD Observer No. 235, December 2002. // **Olsen,** Søren Steen; **Svendsen,** Steen: «The next megatrend: Social growth», Futureorientation 5/2006.

<sup>122</sup> **Barry,** Bryan W.: «Strategic Planning Workbook for Nonprofit Organizations», Amherst H. Wilder Foundation, Publishing Center for Cultural Resources, New York, NY, 1987. // **Hickman,** Craig; **Silva,** Michael: «Creating Excellence», New American Library, New York, NY, 1984.

<sup>123</sup> **Starobin,** Paul: «After America: Narratives for The Next Global Age», Viking Adult, May 2009. // **Naisbitt,** John; **Aburdene,** Patricia: «Megatrends 2000: The Next Ten Years - Major Changes in Your Life and World», Pan Macmillan, 1991.

<sup>124</sup> **Adler,** Nancy J.; **Gundersen,** Allison: «International Dimensions of Organizational Behavior», 5<sup>th</sup> edition, South-Western College Publisher, June 2007. // **Toffler,** Alvin: «Powershift: Knowledge, Wealth, and Violence at the Edge of the 21st Century», Bantam Publisher, 1991. // **Fuenfstueck,** Britta: «From Megatrend to Healthcare Product Definition», VP Business Development, Siemens Healthcare, Munich (Germany), April 26th, 2008.



están en acción y están demandando respuestas inteligentes de los individuos, de los grupos, de los países<sup>125</sup>.

Son varias las categorías de las megatendencias en las áreas de ciencias y tecnologías. Las principales son:

- El conocimiento, los materiales, y las tecnologías con aplicaciones al proyecto global de **ciencias de la vida**, están avanzando en forma acelerada, haciendo posible identificar y manipular factores involucrados en los sistemas vivos en diversas formas que antes no eran posibles<sup>126</sup>. Tanto en la vida cotidiana como en los laboratorios, por todo el mundo, las investigaciones biomédicas están utilizando tecnologías sofisticadas para manipular



microorganismos, en un esfuerzo para entender como los microbios pueden causar enfermedades y para desarrollar mejores medidas preventivas y terapéuticas contra la propagación de enfermedades. Los biólogos agrícolas están aplicando herramientas similares en sus investigaciones sobre las cosechas y otras plantaciones, en un esfuerzo por mejorar la producción agrícola y explorar el potencial de la utilización de los organismos vegetales como plataformas de manufactura barata para la elaboración de vacunas, anticuerpos, y otros productos biomédicos.

- Estudios similares se están realizando con organismos animales. Los científicos e ingenieros en muchos campos están logrando continuos avances en las ciencias de la vida, identificando tratamientos farmacéuticos contra el cáncer y otras enfermedades crónicas, desarrollando tecnologías para la recuperación ambiental, mejorando las capacidades del sistema de biodefensa humano, y creando nuevos materiales y aún nuevas formas de energía.
- Además, otros campos que no son vistos tradicionalmente como biotecnologías –tales como la ciencia de materiales, la tecnología informática, y la nanotecnología- se están integrando sinérgicamente con las biotecnologías tradicionales en formas sorprendentes que están permitiendo aplicaciones tecnológicas nunca antes imaginadas. Es innegable que este nuevo conocimiento y los avances tecnológicos logrados tienen un enorme potencial para mejorar la salud pública y las cosechas agrícolas, empoderar las economías nacionales y cerrar la brecha entre países.
- Otros campos de las ciencias y las tecnologías que están marcando tendencias en el mundo son:
  - – Tecnologías computacionales y de la información, que están facilitando la automatización de los procesos de trabajo en todas las categorías de empresas y a todo nivel dentro de las empresas; las redes de computadores, jalonadas por la Internet, están desarrollando estilos de trabajo y de vida social nunca antes vistos.
  - – La nanotecnología y sus muy diversas aplicaciones permite vislumbrar unos cambios drásticos en todos los aspectos de las ciencias, de las tecnologías<sup>127</sup>, de la medicina y de las sociedades en general, al poder suministrar las técnicas para construir más y mejores materiales, de efectuar procesos a escala molecular.
  - – La robótica, la Inteligencia Artificial y el hardware/software avanzado de computadores y de redes hará que los lineamientos de las sociedades de control –

<sup>125</sup> Bushell, Sue: «Six Megatrends Reshaping Government», IBM Report, 2008. // Macrae, Norman: «The 2024 Report: Future History», New Civilization Network, 1984. // Naisbitt, John: «Global Paradox», Avon Publisher, 1995.

<sup>126</sup> National Research Council: «Globalization, biosecurity, and the future of the life sciences», National Academies Press (USA); illustrated edition, 2006. // Research and Markets: «Future innovations in Bakery: The mega trends of Convenience, Health and Indulgence», Dublin (Ireland), Business Insights, January 2002, <http://www.researchandmarkets.com>.

<sup>127</sup> Olesen, D.E.: «The Future of Industrial Technology», Industry Week, No.20 December 1993, pp.50-52. // Kramer, T.J.; Chibull, J.T.; Pedersen, B.D.: «Managing Computer Integrated Manufacturing (CIM): A Review of Themes, Issues, and Practices», Journal of Business and Psychology, Vol. 6 No.4, 1992, pp.415-42.

que actualmente están en sus comienzos- se afiancen y sean el estándar sociocultural y económico de organización de los grupos humanos<sup>128</sup>.

- – Las telecomunicaciones, las redes<sup>129</sup> y los dispositivos móviles seguirá cambiando las formas como los individuos interactúan, se divierten, solucionan sus problemas de salud<sup>130</sup>, estudian y aprenden y trabajan<sup>131</sup>.

## Sociedad de la Información y el Conocimiento

Desde finales del siglo XX se ha venido consolidando –en todos los países- un tipo de organización social que está cimentada en la *Información* y el *Conocimiento*<sup>132</sup>. Ya desde la década de 1960's el debate internacional se centró en el discurso nuclear de si la naciente sociedad *post-industrial* podría considerarse un cambio amplio y profundo de paradigmas conducente hacia la *Sociedad basada en la Información y el Conocimiento*<sup>133</sup>.



La *información* y el *conocimiento* se han convertido en factores, del desarrollo post-capitalista, que empoderan los factores tradicionales del *trabajo*, el *capital* y la *tierra*. Actualmente, en los países más industrializados y en los grupos de elite –políticos y económicos- en los demás países, hay un consenso con respecto a que de hecho se está viviendo en *sociedades basadas en la información y el conocimiento*, por lo menos en lo que a los países occidentales atañe, y también para los demás países que tienen una marcada influencia de los paradigmas socio-culturales, económicos, científico-tecnológicos occidentales<sup>134</sup>.



Las influencias de las *sociedades basadas en la Información y el Conocimiento* se pueden analizar –por lo menos- en tres niveles básicos: a nivel de los individuos y sus grupos primarios de influencia; a nivel de los países y las confederaciones internacionales de países; y a nivel de las empresas y conglomerados de empresas.

Y los factores que inciden son diversos: - la dinámica evolucionaria de los procesos de la globalización; - el papel desempeñado por las tecnologías de la información y de las telecomunicaciones, aunadas y en sinergia con las tecnologías computacionales y de redes; - la importancia creciente de la

<sup>128</sup> Bushell, Sue: «Six Megatrends Reshaping Government», IBM Report, 2008. // Clinton, Bill: «Global Initiative», <http://www.clintonglobalinitiative.org>, 2008-2009.

<sup>129</sup> Cepis/Upgrade: «New Trends in Network Management», Vol. IX, Issue 6, December 2008, Council of European Professionals Information Societies (CEPIS), <http://www.upgrade-cepis.org>.

<sup>130</sup> Kingo, Lise: «Corporate responsibility as a driver of innovation in health care», Vrije Universiteit, Amsterdam, June 2006. // Kramer, T.J.; Chibull, J.T.; Pedersen, B.D.: «Managing Computer Integrated Manufacturing (CIM): A Review of Themes, Issues, and Practices», Journal of Business and Psychology, Vol. 6 No.4, 1992, pp.415-42.

<sup>131</sup> Hiemstra, Glen; Leonhard, Gerd: «Media MegaTrends», MediaFuturist, October 2007. // Gryskiewicz, Stanley S.; Hills, David Allen: «Readings in Innovation», Center for Creative Leadership, 1992. // McDaniel, Thomas R.: «College Classrooms of the Future Megatrends to Paradigm Shifts», College Teaching, Vol. 42, 1994. // Drucker, Peter: «Social Innovation: Management's New Dimension», Long Range Planning, Vol. 20 Issue 6, December 1987.

<sup>132</sup> Gour Chandra Saha; Nazrul Islam: «Technological Information for Technology Strategy Management», International Journal of The Computer, The Internet and management, Volume 6, Number 3, September-December 1998. // Proyecto Atlántida: «TICS: Tecnologías de la Información y la Comunicación en la Educación para la ciudadanía», Madrid (España), Septiembre 2005, <http://www.proyecto-atlantida.org>.

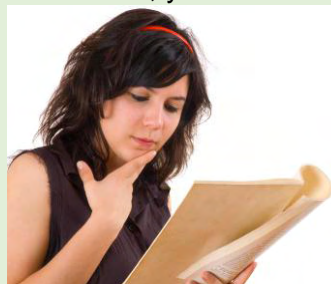
<sup>133</sup> Krings, Bettina: «The sociological perspective on the knowledge-based society: assumptions, facts and visions», Published in: Enterprise and Work Innovation Studies Vol. 2 (2006): pp. 9-20. // ISKB: «EU-China Society Project», 2009, <http://eu-china-iskb.bizcom.com.cn>.

<sup>134</sup> Friedrichs, Stefan: «Case Studies, Best Practices, and Transferable Lessons from EU's Benchmarking», EU-China Information Society Project, 2008. // Fundación Telefónica: «La Sociedad de la Información en España», Editorial Ariel, 2007.

gestión de las ciencias, la investigación y el conocimiento generado dentro y fuera de las organizaciones, dentro y fuera de los países y con respecto a los individuos y sus grupos de interés; - el cambiante y decisivo papel de los estados dentro de los procesos económicos, dentro de los sistemas educativos, dentro de las estructuras paradigmáticas que definen los comportamiento socio-culturales y los estilos de vida<sup>135</sup>.

• **Economía basada en la Información y el Conocimiento.** En los últimos 200 años, la Economía Neo-Clásica ha reconocido sólo tres factores de la producción y el desarrollo de los países: el trabajo, el capital y la tierra. Pero las fuerzas de cambio que están en acción en el mundo están haciendo que sean la información, las ciencias, la investigación y el conocimiento obtenido, los factores determinantes del progreso de las naciones<sup>136</sup>, los factores primarios generadores de riqueza y progreso, reemplazando y empoderando a los factores anteriores. Esta revolución es muy similar a la que se dio hace 200 años cuando se generó la Revolución Industrial. En la sociedad post-industrial<sup>137</sup>, el término «*Economía basada en la Información y el Conocimiento*» hace referencia tanto a un sistema económico en el cual la *Información* y el *Conocimiento* son los factores claves de la producción, la servucción y la gestión dentro de un marco socio-económico específico, como también a un sistema económico dentro del cual la *Información* y el *Conocimiento* son mercancía que determinan las cantidades, el valor, la calidad y el flujo de las demás mercancías<sup>138</sup>.

También el término «*Economía basada en la Información y el Conocimiento*» se refiere – en forma más frecuente- a la *Información* y el *Conocimiento* como herramientas tecnológicas, tales como la Ingeniería del Conocimiento, los Sistemas Expertos, la Ingeniería de Sistemas e Informática, y la Gestión del Conocimiento, empleadas para generar beneficios económicos a las personas, las empresas y a los países<sup>139</sup>. El término fue popularizado



–y quizás acuñado- por Peter F. Drucker (1909 – 2005) en su libro «*The Age of Discontinuity*»<sup>140</sup>, cuyo capítulo 12 fue titulado: «*La Sociedad del Conocimiento*»<sup>141</sup>.

Hay una diferencia fundamental entre una «*Economía de la Información y el Conocimiento*», en la cual la *Información* y el *Conocimiento* son mercancías que determinan la productividad y la competitividad de las personas, las empresas y los países, y empoderan a los otros factores económicos; y una «*Economía basada en la Información y el Conocimiento*», en la cual tanto la *Información* como el *Conocimiento* son herramientas potenciadoras de los demás factores económicos (tierra, capital, trabajo). Tal diferenciación no está explícita entre los expertos, ni en la literatura sobre el tema, ni en los ambientes empresariales o académicos. Sin embargo, ambos enfoques implican una sinergia interdisciplinaria entre economistas, científicos computacionales y de sistemas, expertos en

<sup>135</sup> Demchenko, Yuri: «*Emerging Knowledge Based Society (Information Society) and new Consciousness formation*», Advanced Internet Research Group, University of Amsterdam, Amsterdam, 1997-2009. // ISKB: «*Electronic Contracts and E Commerce Regulation*», EU-China Information Society Project, 2009. // Lee, Amy H.I.; Wei, Chiu-Chi: «*Computer and Productivity*», International Journal of The Computer, The Internet and Management, Volume 6, Number 3, September-December 1998. // Tongchuay, Chawanrat; Praneetpolgrang, Prasong: «*Knowledge Quality and Quality Metrics in Knowledge Management Systems*», International Journal of the Computer, the Internet and Management, Vol.16 No. SP3, December, 2008.

<sup>136</sup> Mansell, Robin; When, Uta (Editors): «*Knowledge Societies: Information Technology for Sustainable Development*», The SPRU Web Team, University of Sussex, 2009. // Varian, Hal R.: «*The Information Economy*», School of Information Management and Systems, University of California Berkeley, 1994-2001. // Treacey, Noel: «*Creating a knowledge-based society*», EMBO Reports, European Molecular Biology Organization, 2000 December 15, Vol. 1 Number 6, pp. 460-462.

<sup>137</sup> Drucker, Peter F.: «*The Post-Capitalist Society*», Collins Business, 1994. // Drucker, Peter F.: «*Managing in the Next Society*», St. Martin's Griffin, 2003. // Drucker, Peter F.: «*Classic Drucker: Essential Wisdom of Peter Drucker*», Harvard Business Review, 2006.

<sup>138</sup> Drucker, Peter F.: «*Knowledge-Worker Productivity: The Biggest Challenge*», Harvard Business Review, 1999. // Drucker, Peter F.: «*People and Performance: The Best of Peter Drucker on Management*», Harvard Business Review, 2007. // Rajan, Raghuram G.; Zingales, Luigi: «*Saving capitalism from the capitalists: Unleashing the Power of Financial Markets to Create Wealth and Spread Opportunity*», Princeton University Press, 2004.

<sup>139</sup> McClellan, James E. III; Dorn, Harold: «*Science and Technology in World History, An Introduction*», second edition, 2006. // Morck, Randall: «*A history of corporate governance around the world*», Chicago University Press, 2005.

<sup>140</sup> Drucker, Peter F.: «*The Age of Discontinuity: Guidelines to Our Changing Society*», Transaction Publishers, 1992.

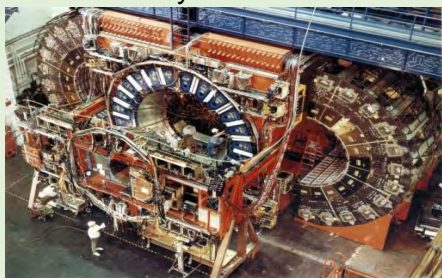
<sup>141</sup> En el cual Fritz Machlup aportó los datos de análisis y acuñó la expresión «*Sociedad de la Información*».



telecomunicaciones y en redes, matemáticos, químicos, físicos, así como también involucra a científicos cognitivos, antropólogos, psicólogos y sociólogos<sup>142</sup>.

También hay un cierto consenso internacional en el sentido de que actualmente –primera década del siglo XXI- la economía global está en un proceso de transición hacia una «*Economía de la Información y el Conocimiento*» como una fase superior de la «*Sociedad de la Información*»<sup>143</sup>. Dicha transición requiere que las normas y paradigmas, las prácticas y las estructuras, que han determinado el éxito en las sociedades y economías industriales, deban ser re-escritas, re-enfocadas, dentro de las sociedades y economías globalizadas y densamente interconectadas, en las cuales los recursos de la Información y el Conocimiento, tales como el know-how, las ciencias, la investigación, la experiencia experta, tienen impactos críticos sobre los demás recursos y factores económicos. Este re-enfoque, dicha re-escritura, ha de efectuarse a nivel de los individuos por medio de empoderamiento cognitivo/conscientivo (de ahí la importancia de la re-estructuración de los sistemas educativos y culturales); a nivel de las empresas a través de procesos de re-estructuración, de re-ingeniería, de planeación estratégica, de re-enfoque paradigmático, de gestión del conocimiento y de la inteligencia organizacional, y de la gestión del talento humano, cambiando la «*Cultura Organizacional*» pues el desempeño eficiente de una empresa está directamente relacionado con la calidad, eficacia y puesta al día de los paradigmas culturales del ambiente empresarial; y a nivel de los gobiernos mediante procesos similares a los de las empresas, pero especialmente con estructuras de estrategias y políticas encaminadas a la *Gestión del Conocimiento* a nivel estatal<sup>144</sup>.

- Por otra parte, el **desarrollo tecnológico** desde mediados del siglo XX, ha transformado el trabajo creador de riqueza, desde su preponderancia física –en los estadios iniciales de las sociedades y economías industriales- hasta los trabajos y labores basadas en la *Información y Conocimiento*. La Tecnología de la *Información y el Conocimiento* son ahora los factores críticos de producción, de servucción, y de la gestión. Con las crecientes capacidades de movilidad de la Información y la Fuerza global de trabajo, el *Conocimiento* y la *Experiencia* pueden transportarse cuasi-instantáneamente por todo el mundo, de modo que cualquier ventaja competitiva ganada por una empresa puede ser equiparada o sobrepasada de la noche a la mañana<sup>145</sup>. Quizás la única *ventaja competitiva* sostenible de las empresas está cimentada en sus capacidades de los procesos de innovación, combinando el *know-how* tecnológico y mercadotécnico con los talentos creativos del recurso humano para resolver las amenazas constantes en la *arena competitiva*, y sus habilidades para generar valor a partir de la *Información y el Conocimiento*. En este entorno competitivo<sup>146</sup>, la *Gestión de la Información y el*



<sup>142</sup> Porter, Michael E.; Schwab, Klaus: «*The Global Competitiveness Report 2008–2009*», World Economic Forum, Geneva, Switzerland, 2008. // Drucker, Peter F.: «*What We Can Learn from Japanese Management*», Harvard Business Review, 1971. // BusinessWeek: «*The Man Whom Invented management: Why Peter Drucker's Ideas still matter*», Cover Story Podcast, November 28, 2005, <http://www.businessweek.com>.

<sup>143</sup> Higgott, Richard; Robotti, Paola: «*Reshaping Globalization: Multilateral Dialogues and New Policy Initiatives*», Central European University, Budapest, Hungary, October 2001. // Wilson, Richard C.: «*Sales and Negotiation*», 2007.

<sup>144</sup> Osborne, David; Gaebler, Ted: «*Reinventing government : How the entrepreneurial spirit is transforming the public sector*», Reading, MA (USA), Addison-Wesley Publishing, 1992. // Osborne, David; Plastrik, Peter: «*Banishing Bureaucracy: The Five Strategies for Reinventing Government*», Addison-Wesley Publishing Company, Inc., Reading, MA (USA), 1997. // Bekkers, Victor: «*Reinventing government in the Information Age: International practice in IT-enabled public sector reform*», Public Management Review, 1471-9045, Volume 5, Issue 1, 2003, Pages 133 – 139. // Hennessey, J. Thomas Jr.: «*"Reinventing" Government: Does Leadership Make the Difference?*», Public Administration Review, Vol. 58, 1998. // Kettl, Donald F.: «*Reinventing government: A Fifth-Year Report card*», Brookings Institution, Center for Public Management, September 1998. // Zajac, Gary: «*Reinventing government and reaffirming ethics : implications for organizational development in the public service*», Public administration quarterly Vol. 20 Number 4, 1997. // Saint-Martin, Denis: «*How the Reinventing Government Movement in Public Administration was exported from the U.S. to other countries*», International Journal of Public Administration, 1532-4265, Volume 24, Issue 6, 2001, Pages 573 – 604.

<sup>145</sup> Porter, Michael E.: «*The Competitive Advantage of Nations*», The Free Press, 1990. // SSA & Company: «*Transforming Business through smarter process*», 2008-2009, <http://ssaandco.com>.

<sup>146</sup> Jensen, Michael C.; Meckling, William H.: «*Theory of the Firm: Managerial Behavior, Agency Costs and Ownership Structure*», University of Rochester Simon Scholl and Harvard Business School, October 2008.

Conocimiento, del Talento Humano, son cruciales y las eficiencias de tal proceso de gestión determinan – a su vez- mayor productividad y competitividad individuales<sup>147</sup> y organizacionales<sup>148</sup>.

- El individuo en la «**Sociedad de la Información y el Conocimiento**» requiere nuevos talentos, nuevas habilidades y destrezas, necesita desarrollar nuevas competencias, que tienen que ver con la Información, el Conocimiento, la Auto-gestión, el Auto-cuidado, los hábitos eficientes para desarrollar el trabajo y la vida cotidiana, los hábitos saludables de vida, la creatividad y la innovación, y los procesos de empoderamiento cognitivo/consciente.



En cualquier organización, ya sea pública o privada, pequeña o de gran escala, es el individuo – cada persona, varón o mujer- quien detenta los talentos y las competencias para el buen desempeño organizacional<sup>149</sup>, de la productividad y la competitividad, de la innovación y la creatividad, de la eficiencia en los procesos, del adaptarse al cambio.

Varios modelos teóricos se han desarrollado para interpretar y gestionar el Talento Humano y orientarlo en pos de los logros empresariales<sup>150</sup>: **1º)** – Modelo evaluativo de maximización de logros; **2º)** – Modelo económico, o de maximización monetaria; **3º)** – Modelo psicológico o de la jerarquía de necesidades de Maslow; **4º)** – Modelo sociológico o de predadores y víctimas sociales; **5º)** – Modelo político o del agente perfecto; **6º)** – Modelo de Herzberg sobre los factores de Higiene y los factores motivacionales; **7º)** – Modelo de los temperamentos de Hipócrates, quien hace 24 siglos reconoció diferencias en los comportamientos de las personas, diferencias que siguen ciertos rasgos consistentes; **8º)** – Modelo Tri-Dimensional del Comportamiento Humano<sup>151</sup>; **9º)** – Modelo Siete-Dimensional del Ser Humano que define todo nuestro aparato perceptual, nuestro capital natural<sup>152</sup> y los ideales más trascendentales del espíritu humano.



Estos modelos interpretativos de la caracterología humana se mezclan, se combinan entre sí, para suministrar las bases sobre las cuales actúa y se comporta el individuo dentro y fuera de las organizaciones, como exponente de múltiples competencias y máximo evaluador de logros, ya sea a nivel político, a nivel de gestión, a nivel académico, o familiar, o profesional, o filantropista, o como un simple obrero. En tales circunstancias y ambientes, los individuos responden creativamente a las oportunidades, motivados primariamente por la herencia genética acumulada, tratando por todos los medios de minimizar, o de eliminar, las restricciones que obstaculizan el proceso de logro de sus más caros ideales.

<sup>147</sup> Dawson, Ross: «The Future of Knowledge Management», Australian Financial Review, August 2004. // Dawson, Ross: «The Seven Megatrends of Professional Services: The Forces That Are Transforming Professional Services Industries and How To Respond», Advanced Human Technologies, 2005.

<sup>148</sup> Porter, Michael E.: «New global strategies for competitive advantage», Journal of Strategy and Leadership, Volume 18 Issue 3, pages 4-14, 1990. // Stern, Scott; Porter, Michael E.; Fuman, Jeffrey L.: «The Determinants of National Innovative Capacity», Social Science Research Network (SSRN), NBER Working Paper No. W7876, September 2000, <http://papers.ssrn.com>.

<sup>149</sup> Jensen, Michael C.; Meckling, William H.: «The Nature of Man», Business School, March 2007. // Jensen, Michael C.; Meckling, William H.: «The Nature of Man», Business School, March 2007. // Fama, Eugene F.; French, Kenneth R.: «Value Versus Growth: The International Evidence», Chicago University, July 2000.

<sup>150</sup> Clark, Donald : «Human Behavior Models», June 27, 2007, <http://nwlinc.com/~donclark/> (Junio 2009). // Herzberg, Frederick: «Herzberg's Hygiene and Motivational Factors», Accel-Team, 2008. // Langley, P.: «Computational Models of Human Behavior», Institute for the Study of Learning and Expertise, 1997, <http://www.isle.org> (Junio 2009).

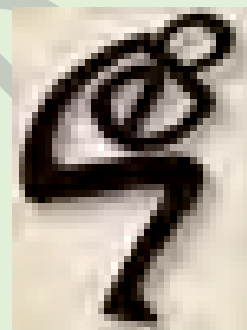
<sup>151</sup> Pak, Michael: «A Three-Dimensional Model of Human Behavior», Author-House, 2004. // Turner, A.; Penn, A.: «Evolving direct perception models of human behavior in building systems», Springer, 2007. // Rohm, Robert A.: «Knowing Personality Styles Helps You To Understand Yourself . . . And Others!», 2004, [www.personalityinsights.com](http://www.personalityinsights.com) (Julio 2009).

<sup>152</sup> Aun Weor, Samael: «El Matrimonio Perfecto», «Tratado de Psicología Revolucionaria», «La Gran Rebelión», «Didáctica del Autoconocimiento», «Las Tres Montañas», «Misterio del Áureo Florecer», «La Revolución de la Dialéctica», «Si Hay Infierno, Diablo, Karma», <http://sawzone.org> (Julio 2009) .

A pesar de lo que coloquialmente se manifiesta, las personas luchan, trabajan, bregan, se motivan, no sólo por intereses materiales y económicos, sino por el honor, la gloria, el Amor, la solidaridad, el sacrificio por los demás; cada vez más, en los más diversos contextos culturales, hay pruebas fehacientes de dichos factores motivacionales. El desafío, pues, para todos los países, dentro de los sistemas educativos y culturales, es el de establecer las normatividades y contextos cognitivos, tecno-científicos y socio-económicos que faciliten a los individuos de reorientar sus energías y aplicar sus múltiples competencias en el logro efectivo de la productividad y la competitividad, administrando inteligentemente los recursos escasos y el capital natural.

Dichos modelos interactúan –también– con las metáforas interpretativas de la Empresa, como organización<sup>153</sup>, recombinao paradigmas y mentalidades, metáforas y procesos de solución de problemas:

1º) – Modelos de la organización vista como mecanismos; o como organismos intercambiadores de energías; o como cerebros pensantes que –a su vez– modelan la realidad; o como redes culturales complejas; o como sistemas de gobierno y sistemas de dominación; o como entornos restrictivos (“prisiones”) psico-emocionales y sistemas de control<sup>154</sup>, o sociedades de control<sup>155</sup> que han evolucionado a partir de lo que Foucault denominó «*sociedades disciplinarias*»<sup>156</sup>, que a partir de las revoluciones tecnológicas han adquirido nuevas y más amplias y profundas dimensiones y su accionar es globalizante; o como sistemas dinámicos propiciadores de cambios constantes.



Una «*sociedad disciplinaria*» es aquella en la cual todo el tramado del tejido socio-cultural está configurado por medio de una red difusa de dispositivos o aparatos, ya sea en forma explícita (normatividades, códigos de conducta, leyes, estructuras jurídico-legales, etc.) e implícitas (formas de pensar, mentalidades, paradigmas, etc.) que establece y regula las costumbres, los hábitos, los estilos de vida, las formas de pensar y comportarse, las prácticas productivas, servuctivas y de gestión.

Todas estas estructuras hacen que los grupos socio-culturales funcionen y garanticen obediencia a sus normatividades y a los mecanismos de inclusión y/o de exclusión y se concretan a través de instituciones disciplinarias formales (la familia, la escuela, el colegio, la universidad, el estado por medio de hospitales, prisiones, fábricas, los asilos y otros lugares de confinamiento) e informales (el vecindario, los grupos de amistad y de trabajo, grupos adhoc y asociaciones diversas, los clubes, etc.) que configuran – a su vez– todo el tejido socio-cultural y ponen en acción todas sus estructuras lógicas de la «razón» de la obediencia a su disciplina.

El poder disciplinario funciona efectivamente estructurando los parámetros y los límites, las restricciones, de pensamientos, sentimientos y prácticas socio-culturales, sancionando y prescribiendo los comportamientos considerados normales (aceptables) y anómalos (inaceptables). Los individuos, durante toda su existencia, están migrando de un ambiente

<sup>153</sup> Morgan, Gareth: «*Images of Organization*», Rama, 1990. // Morgan, Gareth: «*Paradigms, Metaphors and Problem Solution in Organizational Theory*», Administrative Science Quarterly/605. // Morgan, Gareth: «*Imaginization: New Mindsets for Seeing, Organizing, and Managing*», Barrett-Koehler, 1997. // Morgan, Gareth: «*Organizational Theory. Text and Cases*», Prentice-Hall, 3rd Edition, New Jersey (U.S.A.), 2001. // Morgan, Gareth: «*Riding the Waves of Change*», San Francisco, CA (USA), Jossey-Bass, 1988. // Gibson, Burrell; Morgan, Gareth: «*Sociological Paradigms and Organizational Analysis*», London and Exeter: NH. Heinemann, 1979.

<sup>154</sup> Honneth, Axel; Baynes, Kenneth: «*The Critique of Power, a Reflective Stages in a Critical Social Theory*», The MIT Press, 1993.

<sup>155</sup> Deleuze, Gilles: «*Society of Control*», L'autre journal, Nr. I, Mai 1990. // Chriss, James: «*Social Control: An Introduction*», First edition, Polity Press (Cambridge), 2007. // Jerome, Jeff: «*Control societies and Control spaces*», McGill University, Canada, 2008. // Domènech, M.; Tirado, F.: «*Rethinking institutions in the Societies of Control*», Journal of Transdisciplinary Studies, Volume 1, Issue 1, 1997.

<sup>156</sup> Foucault, Michel: «*Of Other Spaces: Utopias and Heterotopias*», Rethinking Architecture: A Reader in Cultural Theory, Edited by Neil Leach, New York: Routledge, 1997, pages 350-356. // Foucault, Michel: «*Power/Knowledge*», Ed. Colin Gordon, New York: Pantheon Books, 1980, page 142. // Domènech, M.A.; López-Gómez, Daniel; Causa-Bofill, Aleix: «*Nuevas anatomías de poder para nuevas formaciones sociales: la Teleasistencia Domiciliaria*», Observatorio para la Cibersociedad, 2000, <http://www.cibersociedad.net> (Julio 2009).



restrictivo a otro, y un parámetro subyacente del éxito de la culturización, de la «programación neuro-cultural», está dado por la mayor o menor adaptación de las personas a cada uno de dichos ambientes.

2º) – Modelos psico-sociales de regulación y cambio que entremezclan diversos niveles de paradigmas y mentalidades: humanista radical, estructuralista radical, interpretativo, y funcionalista, el iceberg organizacional.

3º) – Modelos derivados de la interacción de las personas con los procesos, con las máquinas, con las estructuras organizacionales, y con los Sistemas de Gestión Organizacional (SIGOR), como el modelo de la «motivación-desmotivación local», o como el modelo de la «ayuda sabia de base»<sup>157</sup>.



4º) – Los modelos de tipo biológico para explicar el comportamiento de los individuos y de las organizaciones<sup>158</sup>.

5º) – Los modelos que conceptualizan a la organización como «Sistemas Inteligentes»<sup>159</sup> en acción. La «Organización Inteligente» es una «Organización de Aprendizaje» que empodera sus estructuras, sus procesos y recursos, su cultura y gestión para lograr productividad, ventajas competitivas y sostenibilidad<sup>160</sup> tanto a nivel global como a nivel de los individuos, para los cuales empodera sus

talentos y crea un clima organizacional de creatividad y gestión inteligente del talento humano.

Una «Organización Inteligente de Aprendizaje»<sup>161</sup> presenta unas ciertas características que le son peculiares<sup>162</sup>:

- (a) – Se configura como la sinergia entre poderosos sistemas de pensamiento, con una amplia dispersión descentralizada de la información, del conocimiento, de los puntos de apalancamiento y empoderamiento, dentro de un limitado –pero efectivo–gobierno central;
- (b) – A todo nivel, y en cada nicho de apalancamiento, enfatiza, privilegia y lidera exitosamente el empoderamiento cognitivo/conscientivo de las personas, promoviendo y desarrollando la mentalidad del intraempresariazgo, dentro de procesos eficientes de la *Gestión del Talento Humano*;
- (c) – Identifica, les sigue las pistas, y colabora en el desarrollo de modelos mentales, formas de pensar y de actuar, paradigmas, que guíen hacia el logro efectivo y eficiente de las metas

<sup>157</sup> Goldberg, David E.; Harik, Georges: «Human Behavior, Computation, and the Design of Manufacturing Systems», Department of General Engineering, University of Illinois at Urbana-Champaign, Report No. 95005, June 1995. // Basu, Kunal: «Models Of Human Behavior», Oxford University, UK, 2007-2009. // Martin, Graeme; Hetrik, Susan: «Corporate Reputations, Branding and People Management: A Strategic Approach to HR», Elsevier (UK), First edition, 2006.

<sup>158</sup> Milam, Erika Lorraine: «Animal Models of Human Behavior: Cultures of Observation», Max Plank Institute for the History of the Science, 2006.

<sup>159</sup> Pinchot, Gifford; Pinchot, Elizabeth: «The End of Bureaucracy and the rise of The Intelligent Organizations», Berrett Koehler, 1997. // Pinchot, Elizabeth S.: «The Knowledge based Productivity», Pinchot & Company, 2007. // Schwaninger, Markus: «Intelligent Organizations: Powerful Models for Systemic Management», Springer, 2nd edition, 2009. // Schwaninger, Markus: «Intelligent organizations: an integrative framework», John Wiley & Sons, 2009. // Senge, Peter M.: «The Fifth Discipline: The Art & Practice of The Learning Organization», Broadway Business (REV edition), March 2006.

<sup>160</sup> Senge, Peter M. et al: «The Necessary Revolution: How Individuals and Organizations are Working Together to Create a Sustainable World», Doubleday Currency, June 2008. // Schärmer, Otto: «Theory U», The Society for Organizational Learning (SOL), First edition, May 2007. // Senge, Peter M. et al: «PRESENCE: An Exploration of Profound Change in People, Organizations and Society», SOL (Society for Organizational Learning), 2007.

<sup>161</sup> Mason, Moya K.: «What is a Learning Organization?», 2009. // Senge, Peter M.: «Leading Learning Organizations», Training & Development vol. 50, no. 12, pages 36-40, December 1996. // Rheem, Helen: «The learning organization», Harvard Business Review vol. 73, no. 2, page 10, March/April 1995. // Senge, Peter M. et al: «The Dance of Change: The Challenges to Sustaining Momentum in Learning Organizations», Broadway Business, First edition, March 1999.

<sup>162</sup> Vasilash, Gary S.: «Stick Shift: Learning to Change», Field Guide to Automotive Technology, <http://www.autofieldguide.com>. // Senge, Peter M. et al: «The Fifth Discipline Fieldbook», Broadway Business; First edition, June 1994. // Kline, Peter; Saunders, Bernard: «Ten Steps to a Learning Organization», Great River Books, 2nd edition, December 1997.

individuales y empresariales, cimentando todo este proceso en los valores de equidad, diversidad, calidad y participación con liderazgo;

**(d)** – Informa, sensibiliza y proporciona apoyo logístico de avanzada para que los diferentes grupos desarrollen y potencien visiones compartidas, con un libre acceso a la información necesaria, libertades de expresión y de acción, alineando tales visiones compartidas dentro de los contextos paradigmáticos de las visiones organizacionales;

**(e)** – Ejerce un *Liderazgo Creativo* para el trabajo en grupos inteligentes, con procesos de autonomía multinivel y eficientes redes de aprendizaje informal, privilegiando el aprendizaje centrado en los sistemas de aprender a aprender para toda la vida;

**(f)** – Fomenta los sistemas, grupos, procesos auto-organizados, con creaciones compartidas, y en las personas promueve la proactividad, el ser autodidacta, aprovechando apreciativamente todos los recursos del sistema mundial;

**(g)** – Todas las estructuras (físicas, informáticas, de pensamiento y creatividad, de apoyo logístico, de procesos y tareas), a todo nivel, se cimentan en suministrar herramientas eficientes para tomar decisiones en forma descentralizada.

## Estudio y Aprendizaje / Ciencias Cognitivas

En ninguna otra época de las civilizaciones humanas, el individuo (varón o mujer) ha acumulado tanta independencia socio-cultural y económica, ha desarrollado tanto poder acumulado entre sus manos –realmente en sus cerebro, mente y demás estructuras cognitivas/conscientes-, y se ha convertido en el eje alrededor de cual giran las comunidades, las empresas, los estados<sup>163</sup>. En efecto, la arena de la productividad y competitividad local, nacional e internacional está configurada por los talentos, capacidades, competencias de los individuos<sup>164</sup>.



Pero también es la época en la cual recaen ingentes exigencias de parte de las familias, las empresas, los estados, sobre los individuos para que se capaciten a los más altos niveles, empoderen sus talentos<sup>165</sup>, sus inteligencias y sus consciencias<sup>166</sup>, desarrollen competencias para los procesos productivos y competitivos globales<sup>167</sup>.

<sup>163</sup> Rome, David I.: «The Deeper Dimensions of Transformational Change: A Call to Collective Inquiry and Action», The Systems Thinker Newsletter, Volume 15, Number 5. // Gerzon, Mark: «The Spirit of Change», Shambhala Sun magazine, November 2004. // Gerzon, Mark: «My Country Is The World: The Art of Leading Beyond Borders», Society for Organizational Learning, 2007. // Gordon, Edward E.: «Winning the Global Talent Showdown: How Businesses and Communities Can Partner to Rebuild the Jobs Pipeline», Berrett-Koehler Publishers, 2008.

<sup>164</sup> Senge, Peter M.: «Systems Thinking and The Learning Organization», ReVISION Journal Volume 7, Number 2. // Senge, Peter M.: «Mental models: putting strategic ideas into practice», Planning Review, Volume 20 Number 2, March-April 1992, pages 4 -8. // SAP: «Leveraging the Talent Supply Chain for a Competitive Advantage», 2009. // Kofman, Fred; Senge, Peter M.: «Communities of commitment: the heart of learning organizations», Organizational Dynamics Volume 22 Number 2, pages 5-19, Autumn 1993.

<sup>165</sup> Johnson-Laird, P. N.: «Mental models in cognitive science», Cognitive Science, 4, 71-115, 1980. // SPH: «Leading and Managing the Change Process», University of Washington, 2009. // Schein, Edgar, «How Can Organizations Learn Faster? The Challenge of Entering the Green Room», SMR Forum, Sloan Management Review, Winter 1993, pages 85-92.

<sup>166</sup> Seth, Anil: «Functions of Consciousness», Department of Informatics, University of Sussex, Brighton, UK, December 2008. // Renkl, Alexander: «Learning from worked-out examples: A study on individual differences», Cognitive Science: A Multidisciplinary Journal, Volume 21, Issue 1, January 1997, pages 1 – 29. // Di Paolo, Ezequiel A.; Rohde, Marieke; De Jaegher, Hanneke: «Horizons for the Enactive Mind: Values, Social Interaction, and Play», Centre for Computational Neuroscience and Robotics, University of Sussex, Brighton, UK, April 2007. // Zayas, Benjamin (ed.): «Tools for thought: communicating and learning through digital technology», University of Sussex, Brighton, UK, Cognitive and Computer Sciences, September 2002.

<sup>167</sup> Lloyd, Caroline: «Productivity, competitiveness and the knowledge-driven economy: a new agenda?», EIRONLINE (Europe Industrial Relations Observatory Online), United Kingdom, February 1999. // ILO: «Enterprise and jobs: Increased productivity and competitiveness», ILO Enterprise Forum 1996, <http://www.ilo.org>. // EAS: «The Benefits and Challenges of Globalization», SharedXpertise Forums, May 2008, [www.sharedxpertise.org](http://www.sharedxpertise.org). // Zayas, Benjamin; Simpson, Sam (eds.): «The impact of technology on users: Breaking or creating boundaries?», Workshop in human centered technology, Brighton, UK; September 2000.

El estudio de la cognición humana tiene orígenes muy antiguos, aunque modernamente pueden distinguirse cuatro fases en el desarrollo de las ciencias cognitivas<sup>168</sup>:

(1ª) – En la primera fase, fechada a finales de los años 1950's hasta inicios de los años 1970's, el énfasis se dio en la aplicación de los métodos de la Psicología experimental y teórica.

(2ª) - La segunda fase se originó desde mediados de los años 1970's, impulsada por el análisis computacional que dio origen a la ciencia cognitiva actual.

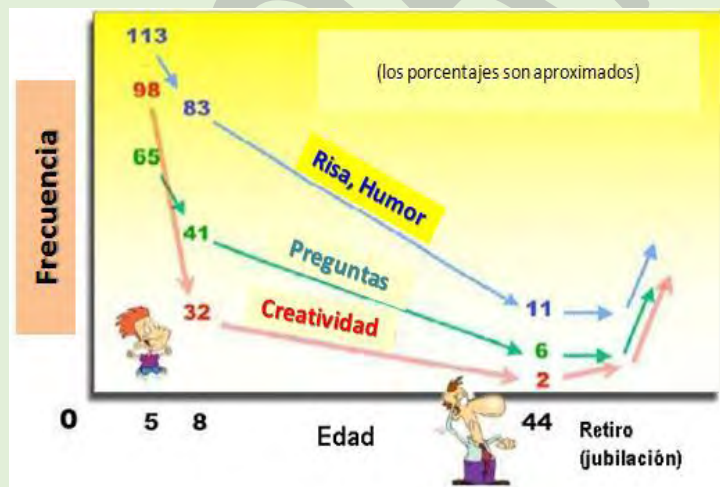
(3ª) - La tercera fase se inició hacia mediados de los años 1980's, incorporando las evidencias de las investigaciones en neuro-psicología y la neuro-fisiología, ambas centradas en los experimentos con animales. Y –también- el acervo de técnicas de neuroimagen que ha permitido escanear el cerebro y el sistema nervioso de pacientes en estado de vigilia.

(4ª) – Desde inicios del siglo XXI se ha venido configurando una cuarta fase, caracterizada principalmente por la confluencia de unas 57 disciplinas en lo que se llama las Ciencias cognitivas; igualmente, se han intensificado los experimentos con animales y con humanos y se han establecido un mayor número de centros de investigación a nivel mundial. Las publicaciones y reportes investigativos tienen actualmente una tasa exponencial de crecimiento, y se han planteado temas complejos entre la interacción mente-cerebro-consciencia.

**Los sistemas educativos están rezagados**

Sin embargo, dentro de este contexto internacional, los sistemas educativos se han quedado a la saga de los procesos de cambio, de las megatendencias socio-culturales, de las innovaciones tecnológicas y de las investigaciones científicas<sup>169</sup>.

Se ha configurado –así- una «*paradoja cognitiva/consciente*» puesto que por un lado se exige a los individuos el desarrollo de competencias al más alto nivel, niveles de consciencia superior, para poder actuar con eficiencia en los contextos hypercompetitivos globales, para lograr la sostenibilidad del sistema planetario.



**FIGURA 1.2** Los porcentajes decrecientes de humor, cuestionamiento y creatividad, en la población económicamente activa, es un tema que preocupa a nivel mundial.

(fuente: <http://www.whatagreatidea.com>).

Pero por otro lado los sistemas educativos adolecen de las estructuras inteligentes y los enfoques flexibles y eficientes para proporcionar a las personas tales capacitaciones<sup>170</sup>. En la figura 1.2 se esquematiza la situación a nivel internacional del resultado de los sistemas educativos: un pobre desempeño de la población

<sup>168</sup> Kingstone, Alan; Smilek, Daniel; Eastwood, John D.: «Cognitive Ethology: A new approach for studying human cognition», Department of Psychology, University of British Columbia, Vancouver, British Columbia, Canada, 2005.

<sup>169</sup> Prokopenko, Joseph: «Globalization, competitiveness and productivity strategies», ILO (International Labour Organization), Enterprise and Management Development Working Paper - EMD/22/E, 1996-2009 (updated June 24/2000).

<sup>170</sup> Noe, Alva: «Extending our view of mind», Trends in Cognitive Sciences, Volume 13, Issue 6, June 2009, Pages 237-238. // Nummenmaa, Lauri; Calder, Andrew J.: «Neural mechanisms of social attention», Trends in Cognitive Sciences, Volume 13, Issue 3, March 2009, pages 135-143.



económicamente activa con respecto a el humor, el cuestionamiento y la creatividad<sup>171</sup>.

Además, la naturaleza –sabia y maestra, pero también cruel- interviene con sus funcionalismos subyacentes que corresponden a las leyes de evolución y selección. Como los sistemas educativos escasamente se centran en los procesos de socializar y culturizar a los individuos, desarrollándoles sólo las capacidades razonativas intelectuales (funciones del cerebro izquierdo) centradas en los sentidos de percepción externa y las mentes sensual e intermedia (la creencia), y descuida el superior desarrollo de las facultades internas (la mayor parte de nuestro capital natural) y del alma, la consciencia y el espíritu, entonces esos funcionalismos superiores –al no utilizarse- devienen en atrofiados. Así se ha gestado una progresiva degeneración de la especie humana - desde hace milenios- pues órgano que no se usa se atrofia o funcionalismos que no se utilizan, devienen en inútiles, sin poder manifestar todos sus potenciales. Este es un núcleo de factores que están en el ojo del huracán de las diversas categorías de crisis presentes en las culturas humanas actuales.

### Degradación progresiva de los individuos

A primera vista, pareciera que los grandes hitos de las civilizaciones, desde la babilonia, sumeria y persa, pasando después por las antiguas civilizaciones egipcia y griega, luego con la roma antigua, posteriormente con el resurgir de Europa y el Renacimiento, llegando hasta la revolución industrial y las silentes revoluciones de los siglos XX y XXI (la científica, la social, la económica, la tecnológica, la del aprendizaje y el conocimiento, la de la consciencia, etc.), sólo logran permear las estructuras paradigmáticas de unos pocos individuos, y éstos surgen –a su vez- como paradigmas o modelos de lo humano. ¿Por qué las grandes masas de población permanecen marginados de estos hitos maravillosos? Como especie, como cultura, ¿si somos tan *inteligentes* como pretendemos ser?

Se configura así una serie de paradojas y un nefasto círculo vicioso, que resultaría catastrófico tratar de resolver masivamente (por las guerras y las luchas por el poder, etc.). Corresponde, pues, a las personas en forma individual, a los grupos familiares y a pequeños grupos de interés el informar, sensibilizar, capacitar a las personas en los enfoques y las técnicas precisas que les permita empoderar sus talentos, desarrollar las idóneas competencias, y despertar la conciencia legítimamente humana, para accionar eficientemente en los competitivos ambientes actuales de las «*sociedades de la información y el conocimiento*».

### La proactividad del Estudiante Exitoso.

Este es uno de los factores cruciales con respecto a los cuales el **Estudiante Exitoso** debe mostrar y desplegar en la cotidianeidad sus destrezas proactivas, indagando, explorando las oportunidades, la información y documentación respectiva, y apropiando e interiorizando las técnicas y prácticas correspondientes<sup>172</sup>.



Si la preponderancia de la personalidad y del carácter ha sido un rasgo socio-cultural característico de las sociedades industriales y la modernidad, la exigencia preponderante de un accionar supereficiente del trinomio **Mente/Cerebro/PsicoEmocionalidad**, aunado al despertar de la consciencia, es una de las características cognitivas<sup>173</sup>, socio-culturales y tecno-científicas de las sociedades post-industriales, basadas en la información y el conocimiento, y un rasgo característico de la post-modernidad<sup>174</sup>.

<sup>171</sup> Carey, Drew: «Creative Leadership, The Mindset of Innovation», Next generation education, [www.whatagreatidea.com](http://www.whatagreatidea.com), November 2006. // Gelb, Michael J.: «How to Think Like Leonardo Da Vinci», Dell books editor, 1998. // LeDoux, Joseph E.: «The Emotional Brain: The Mysterious underpinnings of Emotional Life», Simon and Schuster, 1996. // Thompson, Chic: «YES, BUT ...», Creative Management Group, 2004-2009, [www.whatagreatidea.com](http://www.whatagreatidea.com).

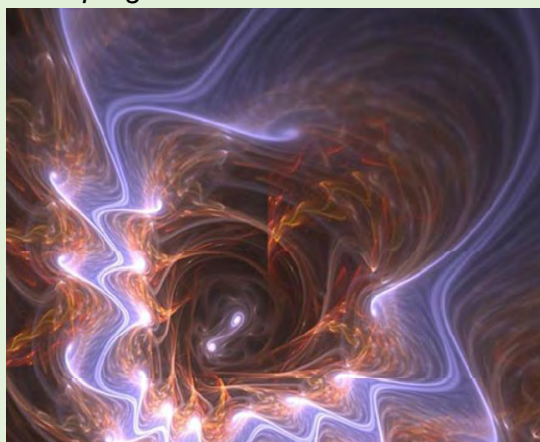
<sup>172</sup> Zeeb, Catherine: «Philosophy of Mind and Cognitive Science: Follow your heart, not your mind», [www.healing-spirits.net](http://www.healing-spirits.net), 2009.

<sup>173</sup> LeDoux, J.E.: «Synaptic self: How our brains become who we are», New York: Viking, 2001.

Esta Megatendencia se ha estado consolidando desde mediados del siglo XX y seguirá en las próximas décadas –y más allá- catalizando y empoderando los profundos cambios en marcha, especialmente en la mentalidad, en las estructuras paradigmáticas y en los niveles de consciencia de los individuos.

Los individuos nos vemos abocados, entonces, ante las carencias de los sistemas educativos, a tomar la iniciativa – a ser *proactivos*- para empoderar nuestros talentos y desarrollar las competencias necesarias para afrontar exitosamente las ingentes exigencias de la productividad y la hypercompetitividad en los contextos de las «*sociedades de la información y el conocimiento*» globalizadas. El individuo ha de encauzar su iniciativa en varias dimensiones<sup>175</sup>:

**1ª) – Para identificar, caracterizar y comprender de fondo las formas de pensar, los modelos mentales, las estructuras paradigmáticas** que regulan en forma subyacente (detrás de lo que aparece) los hábitos de pensar, sentir, comportarse. Dichos paradigmas son el resultado de la «*programación socio-cultural-simbólica*» a la cual hemos estado sometidos desde el vientre



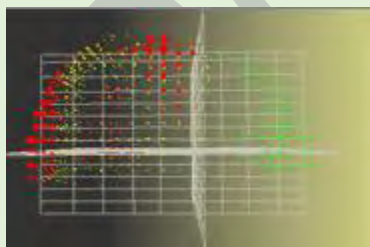
materno, y definen en buena parte nuestro carácter y nuestras estructuras de personalidad, que aunadas a la herencia genética y a nuestro temperamento, conforman las estrategias y estilos de cómo aparecemos, actuamos y reaccionamos ante el mundo.

Moving Toward the Consciousness" por Exper Giovanni Rubaltelli; se reproduce bajo la Licencia Creative Commons.

Es conveniente –entonces- realizar el inventario de nuestros propios paradigmas, de los paradigmas del medio socio-cultural en el cual estamos inmersos, y de los paradigmas de la organización (institución o empresa) dentro de la cual estamos interactuando. Así, delimitaremos el contexto socio-cultural/cognitivo que nos define y limita, y podremos determinar hacia cuál dirección podríamos movernos<sup>176</sup>.

Este proceso permite – a su vez- erradicar la vaguedad cognitiva que surge cuando desconocemos a cabalidad el contexto socio-cultural simbólico de actuación, y facilita los mecanismos de enfoque efectivo en unos objetivos propuestos.

**2ª) – Para darnos cuenta en forma exacta de cuáles son los puntos de apalancamiento** que podríamos aprovechar, tanto a nivel personal y del entorno socio-cultural inmediato de actuación (familias, vecindarios, grupos de interés, la ciudad y su administración, , de las instituciones estatales, de los organismos internacionales, etc.) como del ambiente y plataforma institucionales con las cuales interactuamos. Esta identificación y caracterización permite refinar el contexto cognitivo-simbólico de control definido con la primera dimensión.



**3ª) – Apersonarnos de los procesos cognitivos para enfocar las técnicas creativas** en pos del logro de las metas propuestas, activando los «*chispazos*» de ideas innovadoras, creativas<sup>177</sup>.

<sup>174</sup> Vidal, Fernando: «*Brainhood, anthropological figure of modernity*», Max Planck Institute for the History of Science, Berlin, Germany, History of the Human Sciences, Vol. 22, No. 1, pages 5-36, 2009. // Covey, Stephen R.: «*How to Succeed with People*», Publisher: Shadow Mountain, 1971. // Cathcart, Thomas; Klein, Daniel: «*Platón y un ornitorrinco entran a un bar...*», Editorial Planeta, 2008.

<sup>175</sup> Abi-Rached, JM.: «*Neuroscience and Society: a multidendritic neuron*», Brain, Self and Society, Paper No. 1. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK., November 2007. // Kimball, Bob: «*The Book On Management*», Best Business Books, The Haworth Press, Inc., 2004. // Johnson, Hilton et al.: «*Personal Goal Setting - Planning to Live Your Life Your Way*», Attitude is Everything, Inc., 1999. // Singer, Peter: «*How are we to live? Ethics in an age of self-interest*», Random House Australia, 1993.

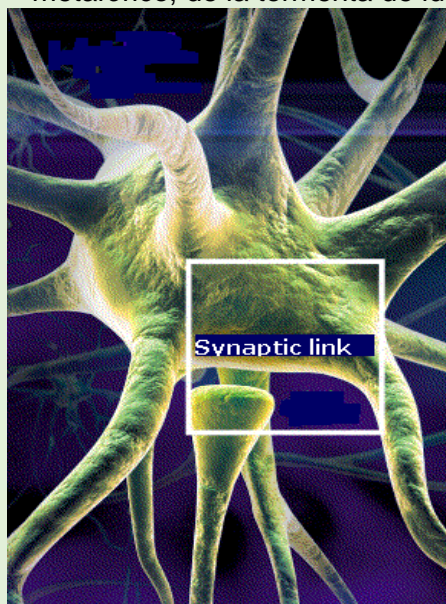
<sup>176</sup> Findlay, Terry: «*The Alchemy of Awareness The Transmutation of Ignorance Into Wisdom*», 2009. // Niblick, Jay: «*What's Your Genius?: How the Best Think of Success in the New Economy*», 2007, <http://www.whatsyourgenius.com>.

<sup>177</sup> Sawyer, R. Keith (editor): «*The Cambridge Handbook of The Learning Sciences*», Cambridge University Press, 2006. // Fishman, Barry Jay; O'Connor-Divelbiss; Samuel F.: «*Proceedings of ICLS: International Conference of The Learning Sciences*», University of Michigan, School of Education, National Science Foundation (U.S.), Junio 14-17 2000.



El **primer paso** consiste en establecer muy claramente, preferencialmente por escrito, cuáles son nuestras metas, cuál es nuestro más caro sueño. Aquí es muy útil emplear las técnicas del *envisonamiento* apreciativo, consistente en imaginar vívidamente ese logro tan anhelado, con todos sus detalles de éxito conquistado<sup>178</sup>.

El **segundo** paso está integrado por la puesta en acción de la curiosidad, de la reflexión apreciativa y del pensamiento crítico/creativo, de la intuición y de la inspiración, de los mecanismos de retroalimentación positiva, por medio de las preguntas inusuales, de la reflexión serena en la meditación interior profunda, del estudio apreciativo de la vida y la obra de las personas obtenedoras de logros de talla mundial; mediante la expansión de nuestra visión y perspectiva empleando –por ejemplo- las técnicas del pensamiento lateral, del pensamiento metafórico, de la tormenta de ideas y del mapeo de ideas y conceptos.



Los enlaces sinápticos en el cerebro involucran millones de neuronas y definen el sustrato físico (el *hardware*) de todos nuestros hábitos y costumbres en el pensar, sentir y actuar.

El **tercer paso** tiene como eje nuclear el concretar en la cotidianidad las estrategias y estilos eficientes de los dos pasos esbozados<sup>179</sup>. Aunado a los dos pasos anteriores, su efecto concreto ha de ser el de cambiar los hábitos y costumbres ineficientes por hábitos y costumbres eficientes. Igualmente, el de cambiar hábitos poco saludables de vida por hábitos saludables de vida. Se actúa tanto en la dimensión socio-cultural/abstracto-simbólica como en la esfera de lo pragmático, lo práctico, la dimensión densa físico-química de la cotidianidad, mediante la sinergia de variadas estrategias:

En primer término, hay que procurar hidratarse, tomando agua pura con frecuencia, la recomendación es de dos litros diarios; también oxigenarse -con frecuencia en la jornada diaria- el cerebro y el sistema nervioso, pues así se desintoxica tanto el sistema neuronal como el sistema nervioso, empleando los métodos de respiración profunda abdominal, en especial donde se encuentre abundancia de árboles; velar por tener una nutrición adecuada, ingiriendo en los alimentos los nutrientes adecuados para el correcto funcionamiento de todos los sistemas orgánicos, en especial del cerebro –como órgano que permite el eficiente funcionamiento de los mecanismos universales que llamamos *mente*- y el sistema nervioso; y procurar hacer ejercicio físico varias veces en la semana; pues es más conveniente varias sesiones de ejercicios físicos, con duración de 30 a 45 minutos, que una única sesión los fines de semanas de 2 ó 3 horas.

Como segunda medida, es necesario cultivar una constante actitud positiva, la cual es un escudo portentoso contra las palabras, actitudes y comportamientos contrarios a nuestros logros; teniendo siempre presente y visible en nuestra mente esa visión que pretendemos lograr, practicando diariamente el *envisonamiento positivo*; desarrollando y aplicando hábitos eficientes y estilos saludables de vida para constituir un contexto inteligente mediante el cual podamos ir en pos de nuestras metas con entusiasmo, tesón, paciencia y autodisciplina; propiciando la salud de todo nuestro *aparato perceptual* y gestionando en forma eficiente nuestro *capital natural*, mediante la práctica de un proceso de mejora continua cimentado en la *indagación creativa* (preguntas apreciativas), el vivir apreciativo, el cultivo del buen humor y ejercicios neuróbicos (ejercitación de zonas neuronales específicas) para proporcionar continuas y benéficas corrientes de endorfinas especialmente a nuestro cerebro y sistema nervioso; aprendiendo de

<sup>178</sup> **Abi-Rached**, JM: «Mapping the Field of the New Brain Sciences: methodological, conceptual and technical dimensions», Brain Self and Society Paper No. 3. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK, 2008.

<sup>179</sup> **Hazlitt**, Henry: «Thinking as a Science», Fifth printing, New York, E.P. Button & Company, March 1920. // **Krasnoff**, Eric: «Pall's 50 years of technological innovation», Focus Vol. V No. 2, 1996. // **Abi-Rached**, JM: «The New Brain Sciences: Field or Fields?», Brain Self and Society Paper No. 2. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK., 2008.



nuestros errores; y despertando nuestra consciencia a los más altos niveles, mediante la aplicación de la transformación de impresiones, auto-observación psicológica, la eliminación de los defectos psicológicos, la sabia transmutación de las energías vitales y sexuales, y el sacrificio desinteresado por los demás (la filantropía)<sup>180</sup>.



El **Estudiante Exitoso** aprovecha todo este bagaje de estrategias, estilos y técnicas graduativamente en sus rutinas diarias, aplicando la llamada Ley de los 21 días<sup>181</sup>, practicando tesonamente durante 21 días un nuevo hábito eficiente y saludable que reemplaza a un hábito nocivo e ineficiente<sup>182</sup>, para forjarse nuevos caminos neuronales, cambiando así los hábitos ineficientes y nocivos (heredados y programados por el contexto socio-cultural/abstracto-simbólico), por los mejores hábitos que propician el saber vivir gratificadamente el día a día, involucrado de mente y corazón con todo lo que hace, con alegría, minimizando los niveles de estrés nocivo, con significado ajustado y alineado estratégicamente en el contexto del Plan Creativo de Vida; efectuando el trabajo cotidiano

con toda el alma, *con alma, vida y corazón*, sin miedo ni preocupaciones, sin temores infundados, sin negatividades y con un alto sentido del deber trascendental que se la ha encomendado como ser humano, como ciudadano y como factor aglutinante de cambio en este complejo y exigente contexto histórico.

«El silencioso camino: La medida de una cosa, de un ser, es su realidad, su verdadera seídad; lograr completamente nuestra propia medida, obtener nuestra total coherencia con nuestro Real Ser, sólo es posible obedeciendo las Leyes del Universo» -- Platón.

El **Estudiante Exitoso** enfrentan cada desafío, cada obstáculo que se presenta, con valentía, con actitud positiva, indaga apreciativamente cómo sacar provecho de las dificultades y cómo identificar, caracterizar acertadamente y aprovechar los puntos ocultos de apalancamiento que subyacen en cada

dificultad, en cada desafío al que se enfrenta cotidianamente. Descubre sus propias zonas erróneas, sus propias falencias de naturaleza psicoemocional, y las erradica, propiciando así estructuras internas de mayores perspectivas, de más altas miras, que le facilitan y permiten una mayor visión holística y unas mayores y mejores destrezas, competencias, en el abordar y resolver problemas.

El **Estudiante Exitoso** tiene un profundo sentido de trascendencia tanto en sus labores diarias como en sus relaciones y en su propia vida. Inspirado por la divinidad, por su «*chispa interna*», y por el autoconocimiento de su propia valía y sus propias competencias, elabora y aplica sus propias decisiones que lo guían de triunfo en triunfo. Estructurando, así, un enfoque consistente de *Aprendizaje de largo plazo*, para toda la vida, empleando las herramientas tecnológicas<sup>183</sup> para alcanzar mayores niveles de *Empoderamiento Cognitivo/Consciente*.

## Ejercicios adicionales

<sup>180</sup> Aun Weor, Samael: «Tratado de Psicología Revolucionaria», «La Gran Rebelión», «El Misterio del Áureo Florecer», «El Matrimonio Perfecto», en <http://sawzone.org> (descarga gratuita en formato PDF, Julio 2009).

<sup>181</sup> Randall, Diane: «Change Your Life in 21 Days, Create a new habit in 21 days», <http://www.lifeaccelerated.com/> (December, 2009). // Locke, Steven; Colligan, Douglas: «The Healer Within: The New Medicine of Mind and Body», Signet, 1987. // Friedman, Norman: «Bridging Science and Spirit: Common Elements In David Bohm's Physics, The Perennial Philosophy and Seth», Living Lake Books, St. Louis, MO, 1994. // Horan, Paula: «Empowerment through Reiki: Path to Personal and Global Transformation», Lotus Press, 1998.

<sup>182</sup> Aunque se carece de un claro consenso internacional sobre el origen de esta regularidad empírica, la tradición oral de diversos contextos culturales la rastrea hasta la más remota antigüedad. Las actuales ciencias cognitivas están aportando sólidos elementos de juicio para justificar el por qué de los 21 días (3 semanas = 3 veces 7). Quizás, la Ley del 3 («el 3 crea») y la Ley del 7 («el 7 organiza»), base de todo cosmos (organización o estructura), al combinarse sinérgicamente, sean las causales últimas de la llamada «Ley de los 21 días», empleada para cambiar hábitos.

<sup>183</sup> Linn, Marcia C.; Davis, Elizabeth A.; Bell, Philip: «Internet environments for science education», Lawrence Erlbaum, March 2004. // Shurkin, Joel N.: «Engines of the mind: the evolution of the computer from mainframes to microprocessors», Editor: Norton, 1996. // Bergin, Thomas J.: «50 years of Army computing, from ENIAC to MSRC», U.S. Army Research Laboratory, US Army Ordnance Center and School, U.S. Department of Defense, 2000.



- Indagar las megatendencias presentes en el área curricular en la cual se está inscrito. Identificar, caracterizar e involucrar dentro de las propias estrategias de actuación 3 a 5 megatendencias principales.
- Especificar cuáles son las herramientas mediante las cuales se pueden implementar dichas megatendencias identificadas. Iniciar las acciones pertinentes para involucrar el manejo experto de esas herramientas dentro de las propias competencias. Fijar un cronograma al respecto. Y cumplirlo.
- Identificar sus estructuras de temperamento y de personalidad, para definir sus fortalezas y oportunidades, sus debilidades que le restringen sus logros y las amenazas a las cuales se enfrenta. Comenzar a aplicar graduativamente la Ley de los 21 días con la finalidad de cambiar hábitos.
- Identificar algunos hábitos nocivos y fijarse un cronograma para reemplazarlos por hábitos saludables de vida y por hábitos de eficiencia personal. Aplique el apalancamiento y la Ley de los 21 días.

«DIOS concede la Victoria a la constancia» -- «Con los siglos crecerá vuestra gloria como crecen las sombras cuando el Sol declina» -- Simón Bolívar

## Referencias del Capítulo 1

- Abi-Rached, JM.: «Neuroscience and Society: a multidendritic neuron», Brain, Self and Society, Paper No. 1. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK. November 2007.
- Abi-Rached, JM.: «Mapping the Field of the New Brain Sciences: methodological, conceptual and technical dimensions», Brain Self and Society Paper No. 3. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK, 2008.
- Abi-Rached, JM.: «The New Brain Sciences: Field or Fields? », Brain Self and Society Paper No. 2. BIOS (Centre for the Study of Bioscience, Biomedicine, Biotechnology and Society), London School of Economics and Political Science. London, UK., 2008.
- Aburdene, Patricia: «Megatrends 2010: The Rise of Conscious Capitalism», Hampton Roads Publishing, 2007.
- Adler, Nancy J.; Gundersen, Allison: «International Dimensions of Organizational Behavior», 5th edition, South-Western College Publisher, June 2007.
- Albertson, Maurice L.; Rouse, Hunter; Papadakis, Constantine: «Megatrends in hydraulic engineering», Colorado State University, Dept. of Civil Engineering, 1986.
- Alter, Rolf: «What future for government?», OECD Observer No. 235, December 2002.
- Aun Weor, Samael: En varias de sus obras explica la constitución multi-dimensional del Ser Humano y las técnicas precisas para alcanzar nuestro destino trascendente superior. Véase, por ejemplo: «El Misterio del Áureo Florecer», «Las Tres Montañas», «El Matrimonio Perfecto», «La Revolución de la Dialéctica», «Didáctica del Autoconocimiento», «La Piedra Filosofal, o El Secreto de los Alquimistas», descargables gratuitamente, en formato PDF, de la página <http://sawzone.org>.
- Aun Weor, Samael: «El Matrimonio Perfecto», «Tratado de Psicología Revolucionaria», «La Gran Rebelión», «Didáctica del Autoconocimiento», «Las Tres Montañas», «Misterio del Áureo Florecer», «La Revolución de la Dialéctica», «Si Hay Infierno, Diablo, Karma», <http://sawzone.org> (Julio 2009) .
- Barry, Bryan W.: «Strategic Planning Workbook for Nonprofit Organizations», Amherst H. Wilder Foundation, Publishing Center for Cultural Resources, New York, NY, 1987.
- Basu, Kunal: «Models Of Human Behavior», Oxford University, UK, 2007-2009.
- Bekkers, Victor: «Reinventing government in the Information Age: International practice in IT-enabled public sector reform», Public Management Review, 1471-9045, Volume 5, Issue 1, 2003, Pages 133 – 139.
- Bergin, Thomas J.: «50 years of Army computing, from ENIAC to MSRC», U.S. Army Research Laboratory, US Army Ordnance Center and School, U.S. Department of Defense, 2000.
- Boone, Louis E.; Kurtz, David L.: «Contemporary Marketing Plus», 8th ed., Florida: The Dryden Press, 1995.
- Broitman, Robin «Social Media Case Studies Super list – 23 Extensive Lists of Organizations Using Social Media», December 2008, <http://www.interactiveinsightsgroup.com>.
- Brown, Janet P.: «Globalization in 2020», Nova Science Publishers, December 30, 2006.
- Bushell, Sue: «Six Megatrends Reshaping Government», IBM Report, 2008.
- BusinessWeek: «The Man Whom Invented management: Why Peter Drucker's Ideas still matter», Cover Story Podcast, November 28, 2005, <http://www.businessweek.com>.
- Carey, Drew: «Creative Leadership, The Mindset of Innovation», Next generation education, [www.whatagreatidea.com](http://www.whatagreatidea.com), November 2006.
- Castelar Articles: «Google 4 P's Marketing Mix», 2005, <http://articles.castelarhost.com>.
- Cathcart, Thomas; Klein, Daniel: «Platón y un omítorrinco entran a un bar...», Editorial Planeta, 2008.

- **Cepis/Upgrade:** «*New Trends in Network Management*», Vol. IX, Issue 6, December 2008, Council of European Professionals Information Societies (CEPIS), <http://www.upgrade-cepis.org>.
- **Clark, Donald:** «*Human Behavior Models*», June 27, 2007, <http://nwlink.com/~donclark/> (Junio 2009).
- **Clinton, Bill:** «*Global Initiative*», <http://www.clintonglobalinitiative.org>, 2008-2009.
- **Cunningham, Peter; Froeschl, Friedrich:** «*Electronic Business Revolution, Opportunities and Challenges in the 21st Century*», Springer, 1st edition, 1999.
- **Coraggio, J. L.:** «*Una perspectiva alternativa para la Economía Social: de la Economía Popular a la Economía del Trabajo*», 2007; en **Coraggio, J. L. (Org.):** «*La Economía Social desde la periferia*», Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, UNGS, Bs. As.
- **Cornish, Edward:** «*Futuring: the exploration of the future*», World Future Society, 2004.
- **Covey, Stephen R.:** «*How to Succeed with People*», Publisher: Shadow Mountain, 1971.
- **Currency Systems:** «*LETS - Local Exchange Trading Systems*», en <http://www.transaction.net/money/lets/>
- **Dawson, Ross:** «*The Future of Knowledge Management*», Australian Financial Review, August 2004.
- **Dawson, Ross:** «*The Seven Megatrends of Professional Services: The Forces That Are Transforming Professional Services Industries and How To Respond*», Advanced Human Technologies, 2005.
- **Deleuze, Gilles:** «*Society of Control*», L'autre journal, Nr. I, Mai 1990. // **Chriss, James:** «*Social Control: An Introduction*», First edition, Polity Press (Cambridge), 2007.
- **Demchenko, Yuri:** «*Emerging Knowledge Based Society (Information Society) and new Consciousness formation*», Advanced Internet Research Group, University of Amsterdam, Amsterdam, 1997-2009.
- **Di Paolo, Ezequiel A. ; Rohde, Marieke ; De Jaegher, Hanneke:** «*Horizons for the Enactive Mind: Values, Social Interaction, and Play*», Centre for Computational Neuroscience and Robotics, University of Sussex, Brighton, UK, April 2007.
- **Domènech, M.; Tirado, F.:** «*Rethinking institutions in the Societies of Control*», Journal of Transdisciplinary Studies, Volume 1, Issue 1, 1997.
- **Domènech, M.A.; López-Gómez, Daniel; Causa-Bofill, Aleix:** «*Nuevas anatomías de poder para nuevas formaciones sociales: la Teleasistencia Domiciliaria*», Observatorio para la Ciber sociedad, 2000, <http://www.cibersociedad.net> (Julio 2009).
- **Dryden, Gordon; Vos, Jeannette:** «*The Learning Revolution*», The Learning Web Limited, 2009.
- **Drucker, Peter:** «*Social Innovation: Management's New Dimension*», Long Range Planning, Vol. 20 Issue 6, December 1987.
- **Drucker, Peter F.:** «*The Post-Capitalist Society*», Collins Business, 1994.
- **Drucker, Peter F.:** «*Managing in the Next Society*», St. Martin's Griffin, 2003.
- **Drucker, Peter F.:** «*Classic Drucker: Essential Wisdom of Peter Drucker*», Harvard Business Review, 2006.
- **Drucker, Peter F.:** «*Knowledge-Worker Productivity: The Biggest Challenge*», Harvard Business Review, 1999.
- **Drucker, Peter F.:** «*People and Performance: The Best of Peter Drucker on Management*», Harvard Business Review, 2007.
- **Drucker, Peter F.:** «*The Age of Discontinuity: Guidelines to Our Changing Society*», Transaction Publishers, 1992.
- **Drucker, Peter F.:** «*What We Can Learn from Japanese Management*», Harvard Business Review, 1971.
- **EAS:** «*The Benefits and Challenges of Globalization*», SharedXpertise Forums, May 2008, [www.sharedxpertise.org](http://www.sharedxpertise.org).
- **Elgin, Ben:** «*Google: Beyond the Hype*», BusinessWeek, 3 May 2004, pages 82-90.
- **Fama, Eugene F.; French, Kenneth R.:** «*Value Versus Growth: The International Evidence*», Chicago University, July 2000.
- **Findlay, Terry:** «*The Alchemy of Awareness The Transmutation of Ignorance Into Wisdom*», 2009.
- **Fishman, Barry Jay; O'Connor-Divelbiss, Samuel F.:** «*Proceedings of ICLS: International Conference of The Learning Sciences*», University of Michigan, School of Education, National Science Foundation (U.S.), Junio 14-17 2000.
- **Foucault, Michel:** «*Of Other Spaces: Utopias and Heterotopias*», Rethinking Architecture: A Reader in Cultural Theory, Edited by Neil Leach, New York: Routledge, 1997, pages 350-356.
- **Foucault, Michel:** «*Power/Knowledge*», Ed. Colin Gordon, New York: Pantheon Books, 1980, page 142.
- **Friedrichs, Stefan:** «*Case Studies, Best Practices, and Transferable Lessons from EU's Benchmarking*», EU-China Information Society Project, 2008
- **Friedman, Norman:** «*Bridging Science and Spirit: Common Elements In David Bohm's Physics, The Perennial Philosophy and Seth*», Living Lake Books, St. Louis, MO, 1994.
- **Froehlich, Robert J.:** «*Investment megatrends*», Wiley, 2006.
- **Fudenberg, Drew; Gilbert, Richard J.; Stiglitz, Joseph; Tirole, Jean:** «*Preemption, Leapfrogging and Competition in Patent Races*», European Economic Review, Vol 22, No. 1, June 1983, pages 3-31.
- **Fuenfstueck, Britta:** «*From Megatrend to Healthcare Product Definition*», VP Business Development, Siemens Healthcare, Munich (Germany), April 26th, 2008.
- **Fundación Telefónica:** «*La Sociedad de la Información en España*», Editorial Ariel, 2007.
- **Gaiger, L. I.:** «*Eficiencia sistémica*», 2004; en **Cattani, A. D. (Org.):** «*La otra economía*», Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, OSDE, UNGS, Bs. As.
- **Gaiger, L. I. (2004b):** «*Emprendimientos económicos solidarios*», 2004; en **Cattani, A. D. (Org.):** «*La otra economía*», Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, OSDE, UNGS, Bs. As.
- **Gaiger, L. I.:** «*La Economía Solidaria y el capitalismo en la perspectiva de las transiciones históricas*», 2007; en **Coraggio, J. L. (Org.):** «*La Economía Social desde la periferia. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social*», Altamira, UNGS, Bs. As.
- **Gelb, Michael J.:** «*How to Think Like Leonardo Da Vinci*», Dell books editor, 1998.
- **Gerzon, Mark:** «*The Spirit of Change*», Shambhala Sun magazine, November 2004.
- **Gerzon, Mark:** «*My Country Is The World: The Art of Leading Beyond Borders*», Society for Organizational Learning, 2007.
- **Gibson, Burrell; Morgan, Gareth:** «*Sociological Paradigms and Organizational Analysis*», London and Exeter. NH. Heinemann, 1979.
- **Gingrich, Newt; Kamarck, Elaine C.; Schiff, Peter; Kucinich, Dennis:** «*Assessing Global Trends for 2025*», The Futurist, A magazine of forecasts, trends, and ideas about the future, July-August 2009 Vol. 43, No. 4.
- **Goldberg, David E.; Harik, Georges:** «*Human Behavior, Computation, and the Design of Manufacturing Systems*», Department of General Engineering, University of Illinois at Urbana-Champaign, Report No. 95005, June 1995.
- **Gordon, Edward E.:** «*Winning the Global Talent Showdown: How Businesses and Communities Can Partner to Rebuild the Jobs Pipeline*», Berrett-Koehler Publishers, 2008.
- **Gour Chandra Saha; Nazrul Islam:** «*Technological Information for Technology Strategy Management*», International Journal of The Computer, The Internet and management, Volume 6, Number 3, September-December 1998.
- **Gryskiewicz, Stanley S.; Hills, David Allen:** «*Readings in Innovation*», Center for Creative Leadership, 1992.
- **Harari, Oren:** «*Leapfrogging the Competition: Five Giant Steps to Becoming a Market Leader*», Prima Lifestyles, 2nd Revised edition, 1999.
- **Hazlitt, Henry:** «*Thinking as a Science*», Fifth printing, New York, E.P. Button & Company, March 1920.
- **Hennessey, J. Thomas Jr.:** «*"Reinventing" Government: Does Leadership Make the Difference?* », Public Administration Review, Vol. 58, 1998.
- **Herzberg, Frederick:** «*Herzberg's Hygiene and Motivational Factors*», Accel-Team, 2008.
- **Hickman, Craig; Silva, Michael:** «*Creating Excellence*», New American Library, New York, NY, 1984.
- **Hiemstra, Glen; Leonhard, Gerd:** «*Media MegaTrends*», MediaFuturist, October 2007.



- **Higgott**, Richard; **Robotti**, Paola: «*Reshaping Globalization: Multilateral Dialogues and New Policy Initiatives*», Central European University, Budapest, Hungary, October 2001.
- **Hissrich**, Amy: «*Social Media Tools*», Knowledge Initiatives, 2009, <http://www.asaecenter.com>.
- **Hollier**, Pete: «*The Social Media Tools*», SEO Wizardry, 2009, <http://seowizardry.ca>.
- **Honneth**, Axel; **Baynes**, Kenneth: «*The Critique of Power, a Reflective Stages in a Critical Social Theory*», The MIT Press, 1993.
- **Horan**, Paula: «*Empowerment through Reiki: Path to Personal and Global Transformation*», Lotus Press, 1998.
- **Hurd**, Barry: «*Brand Building with Social Media*», <http://www.123socialmedia.com>, 2009.
- **ILO**: «*Enterprise and jobs: Increased productivity and competitiveness*», ILO Enterprise Forum 1996, <http://www.ilo.org>.
- **ISKB**: «*EU-China Society Project*», 2009, <http://eu-china-iskb.bizcom.com.cn>.
- **ISKB**: «*Electronic Contracts and E Commerce Regulation*», EU-China Information Society Project, 2009.
- **Jacobs**, Charles: «*A Mind for Selling Brain Science Is Turning Management On Its Head*», Portfolio, 2009.
- **Jensen**, Michael C.; **Meckling**, William H.: «*Theory of the Firm: Managerial Behavior, Agency Costs and Ownership Structure*», University of Rochester Simon Scholl and Harvard Business School, October 2008.
- **Jensen**, Michael C.; **Meckling**, William H.: «*The Nature of Man*», Business School, March 2007.
- **Jerome**, Jeff: «*Control societies and Control spaces*», McGill University, Canada, 2008.
- **Johnson**, Hilton et al.: «*Personal Goal Setting - Planning to Live Your Life Your Way*», Attitude is Everything, Inc., 1999.
- **Johnson-Laird**, P. N.: «*Mental models in cognitive science*», Cognitive Science, 4, 71-115, 1980.
- **Kalakota**, Ravi; **Robinson**, Marcia: «*e-Business 2.0: Roadmap for Success*», 2nd Edition, 2000.
- **Katsioloudes**, Marios I.: «*Strategic management: Global Cultural Perspectives for Profit and Non-Profit Organizations (Managing Cultural Differences)*», Butterworth-Heinemann, 1st edition, 2006.
- **Kettl**, Donald F.: «*Reinventing government: A Fifth-Year Report card*», Brookings Institution, Center for Public Management, September 1998.
- **Kimball**, Bob: «*The Book On Management*», Best Business Books, The Haworth Press, Inc., 2004.
- **Kingo**, Lise: «*Corporate responsibility as a driver of innovation in health care*», Vrije Universiteit, Amsterdam, June 2006.
- **Kingstone**, Alan; **Smilek**, Daniel; **Eastwood**, John D.: «*Cognitive Ethology: A new approach for studying human cognition*», Department of Psychology, University of British Columbia, Vancouver, British Columbia, Canada, 2005.
- **Kline**, Peter; **Saunders**, Bernard: «*Ten Steps to a Learning Organization*», Great River Books, 2nd edition, December 1997.
- **Kofman**, Fred; **Senge**, Peter M.: «*Communities of commitment: the heart of learning organizations*», Organizational Dynamics Volume 22 Number 2, pages 5-19, Autumn 1993.
- **Kramer**, T.J.; **Chibull**, J.T.; **Pedersen**, B.D.: «*Managing Computer Integrated Manufacturing (CIM): A Review of Themes, Issues, and Practices*», Journal of Business and Psychology, Vol. 6 No.4, 1992, pp.415-42.
- **Kramer**, T.J.; **Chibull**, J.T.; **Pedersen**, B.D.: «*Managing Computer Integrated Manufacturing (CIM): A Review of Themes, Issues, and Practices*», Journal of Business and Psychology, Vol. 6 No.4, 1992, pp.415-42.
- **Krasnoff**, Eric: «*Pall's 50 years of technological innovation*», Focus Vol. V No. 2, 1996.
- **Krings**, Bettina: «*The sociological perspective on the knowledge-based society: assumptions, facts and visions*», Published in: Enterprise and Work Innovation Studies Vol. 2 (2006): pp. 9-20.
- **Langley**, P.: «*Computational Models of Human Behavior*», Institute for the Study of Learning and Expertise, 1997, <http://www.isle.org> (Junio 2009).
- **Lawrence**, Jean: «*How Webvan hopes to leapfrog the competition to the customer's front porch*», Internet Retailer, September 2000, <http://www.internetretailer.com>.
- **LeDoux**, Joseph E.: «*The Emotional Brain: The Mysterious underpinnings of Emotional Life*», Simon and Schuster, 1996.
- **LeDoux**, J.E.: «*Synaptic self: How our brains become who we are*», New York: Viking, 2001.
- **Lee**, Amy H.I.; **Wei**, Chiu-Chi: «*Computer and Productivity*», International Journal of The Computer, The Internet and Management, Volume 6, Number 3, September-December 1998.
- **Levine**, Rick; **Locke**, Christopher; **Searls**, Doc; **Weinberger**, David; **McKee**, Jake: «*The Clue train Manifesto: The End of Business as Usual*», Basic Books, (10th Anniversary Edition), 2009.
- **Leyden**, Peter: «*Long boom: A vision for the future*», Perseus Books, 2000.
- **Linn**, Marcia C.; **Davis**, Elizabeth A.; **Bell**, Philip: «*Internet environments for science education*», Lawrence Erlbaum, March 2004.
- **Lloyd**, Caroline: «*Productivity, competitiveness and the knowledge-driven economy: a new agenda?*», EIRONLINE (Europe Industrial Relations Observatory Online), United Kingdom, February 1999.
- **Locke**, Steven; **Colligan**, Douglas: «*The Healer Within: The New Medicine of Mind and Body*», Signet, 1987.
- **Lund Hansen**, Jon; **Christensen**, Per A.: «*Invisible Patterns: Ecology and Wisdom in Business and Profit*», Quorum Books, 1995.
- **Local Currency**, en [http://en.wikipedia.org/wiki/Local\\_currency](http://en.wikipedia.org/wiki/Local_currency)
- **Mandel**, E.: «*I. La teoría del valor y de la plusvalía*» y «*II: El capital y el capitalismo*», en Introducción a la teoría económica marxista, 1973, Ediciones Cepe, Bs. As.
- **Mansell**, Robin; **When**, Uta (Editors): «*Knowledge Societies: Information Technology for Sustainable Development*», The SPRU Web Team, University of Sussex, 2009
- **Macrae**, Norman: «*The 2024 Report: Future History*», New Civilization Network, 1984.
- **Martin**, Graeme; **Hetrik**, Susan: «*Corporate Reputations, Branding and People Management: A Strategic Approach to HR*», Elsevier (UK), First edition, 2006
- **Maxwell**, Ian E.: «*Managing Sustainable Innovation, The Driver for Global Growth*», Springer, 2009.
- **Marquardt**, Michael J.; **Engel**, Dean W.: «*Global human resource development*», Prentice-Hall, 1993.
- **Marques**, Paulo: «*La Economía Solidaria como nuevo Movimiento Social Contemporáneo*», Tesis doctoral, Brasil Autogestionario, en <http://www.brasilautogestionario.org> (Sep. 2009).
- **Mason**, Moya K.: «*What is a Learning Organization?*», 2009.
- **McClellan**, James E. III; **Dorn**, Harold: «*Science and Technology in World History, An Introduction*», second edition, 2006.
- **McCormick**, Lain: «*Coping with Change: A Personal Survival Strategy for New Zealanders*», GP Books, 1989.
- **McDaniel**, Thomas R.: «*College Classrooms of the Future Megatrends to Paradigm Shifts*», College Teaching, Vol. 42, 1994.
- **Merlinsky**, G.; **Rofman**, A.: «*Los programas de promoción de la Economía Social: ¿una nueva agenda para las políticas sociales?*», 2004; en **Forni**, F. (Comp.): «*Caminos solidarios de la economía argentina. Redes innovadoras para la integración*», Ediciones CICCUS, Bs. As.
- **Merriam**, Sharan B.; **Caffarella**, Rosemary Shelly: «*Learning in adulthood, a comprehensive guide*», Jossey-Bass Publishers, 1998.
- **Metricsman**: «*Insight and Opinions on the Fast Changing World of Social Media and Public Relations Research and Measurement*», June 2009, <http://metricsman.wordpress.com/>
- **Milam**, Erika Lorraine: «*Animal Models of Human Behavior: Cultures of Observation*», Max Plank Institute for the History of the Science, 2006.
- **Moore**, John: «*Tribal Knowledge: Business Wisdom Brewed from the Grounds of Starbucks Corporate Culture*», Kaplan Business, 2006.
- **Morck**, Randall: «*A history of corporate governance around the world*», Chicago University Press, 2005.
- **Morgan**, Gareth: «*Images of Organization*», Rama, 1990.

- **Morgan**, Gareth: «*Paradigms, Metaphors and Problem Solution in Organizational Theory*», Administrative Science Quarterly/605.
- **Morgan**, Gareth: «*Imaginization: New Mindsets for Seeing, Organizing, and Managing*», Barrett-Koehler, 1997.
- **Morgan**, Gareth: «*Organizational Theory. Text and Cases*», Prentice-Hall, 3rd Edition, New Jersey (U.S.A.), 2001.
- **Morgan**, Gareth: «*Riding the Waves of Change*», San Francisco, CA (USA), Jossey-Bass, 1988.
- **Naisbitt**, John: «*Global Paradox*», Avon Publisher, 1995.
- **Naisbitt**, John: «*Mindset, Megatrends changes the way we saw the world*», Harper-Collins, 2008.
- **Naisbitt**, John; **Aburdene**, Patricia: «*Re-Inventing the Corporation: Transforming Your Job and Your Company for the New Information Society*», Warner Books, 1986.
- **Naisbitt**, John; **Aburdene**, Patricia: «*Megatrends 2000: The Next Ten Years - Major Changes in Your Life and World*», Pan Macmillan, 1991.
- **Naisbitt**, John; **Aburdene**, Patricia: «*Megatrends for Women*», Villard Books, 1992.
- **Naisbitt**, John: «*Megatrends Asia. Eight Asia Megatrends that are reshaping our world*», Simon & Schuster, 1997.
- **Naisbitt**, John; **Naisbitt**, Nana; **Philips**, Douglas: «*High Tech High Touch: Technology and Our Accelerated Search for Meaning*», Editor: Nicholas Brealey, London, 2001.
- **Najmi**, Adeel: «*Four Megatrends That Will Change Supply Chain Management*», i2 Technologies, 2009.
- **National Research Council**: «*Globalization, biosecurity, and the future of the life sciences*», National Academies Press (USA); illustrated edition, 2006.
- **Niblick**, Jay: «*What's Your Genius?: How the Best Think of Success in the New Economy*», 2007, <http://www.whatsyourgenius.com>.
- **Noe**, Alva: «*Extending our view of mind*», Trends in Cognitive Sciences, Volume 13, Issue 6, June 2009, Pages 237-238.
- **Nummenmaa**, Lauri; **Calder**, Andrew J.: «*Neural mechanisms of social attention*», Trends in Cognitive Sciences, Volume 13, Issue 3, March 2009, pages 135-143.
- **OECD**: «*Open Innovation in Global Networks*», 2008.
- **OECD**: «*Government of the Future*», <http://www.oecd.org/bookshop/>, 2001.
- **Olesen**, D.E.: «*The Future of Industrial Technology*», Industry Week, No 20 December 1993, pp.50-52.
- **Olsen**, Søren Steen; **Svendsen**, Steen: «*The next megatrend: Social growth*», Future orientation 5/2006.
- **Osborne**, David; **Gaebler**, Ted: «*Reinventing government : How the entrepreneurial spirit is transforming the public sector*», Reading, MA (USA), Addison-Wesley Publishing, 1992.
- **Osborne**, David; **Plastrik**, Peter: «*Banishing Bureaucracy: The Five Strategies for Reinventing Government*», Addison-Wesley Publishing Company, Inc., Reading, MA (USA), 1997.
- **Pak**, Michael: «*A Three-Dimensional Model of Human Behavior*», Author-House, 2004.
- **Pinchot**, Gifford; **Pinchot**, Elizabeth: «*The End of Bureaucracy an rise of The Intelligent Organizations*», Berrett Koehler, 1997.
- **Pinchot**, Elizabeth S.: «*The Knowledge based Productivity*», Pinchot & Company, 2007.
- **Polanyi**, Karl: «*La Gran Transformación, Los orígenes políticos y económicos de nuestro tiempo* », 2007, FCE, Bs. As. Cap IV: «*Las sociedades y los sistemas económicos*», Cap. V: «*La evolución del patrón de mercado*», Cap. VI: «*El mercado autorregulado y las mercancías ficticias: mano de obra, tierra y dinero*», Cap. X: «*La economía política y el descubrimiento de la sociedad*».
- **Polanyi**, Karl: «*El sistema económico como proceso institucionalizado*», en Godelier, M. (Ed.): «*Antropología y Economía*», Ed. Anagrama, Barcelona, 1970.
- **Polanyi**, Karl: «*Nuestra obsoleta mentalidad de mercado*», 1980; traducido al castellano de Economie primitive, arcaiche e moderne, Giulio Einaudi Editore, Turin (originariamente publicado en Commentary, Núm. 13, 1947).
- **PopLabs**: «*Social Media Metrics, Mining the social media conversation, social media optimization*», Social Media Bootcamp, 2009, <http://www.poplabs.com>.
- **Porter**, Michael E.: «*The Competitive Advantage of Nations*», The Free Press, 1990.
- **Porter**, Michael E.: «*New global strategies for competitive advantage*», Journal of Strategy and Leadership, Volume 18 Issue 3, pages 4-14, 1990.
- **Porter**, Michael E.; **Schwab**, Klaus: «*The Global Competitiveness Report 2008–2009*», World Economic Forum, Geneva, Switzerland, 2008.
- **Prokopenko**, Joseph: «*Globalization, competitiveness and productivity strategies*», ILO (International Labour Organization), Enterprise and Management Development Working Paper - EMD/22/E, 1996-2009 (updated June 24/2000).
- **Proyecto Atlántida**: «*TICS: Tecnologías de la Información y la Comunicación en la Educación para la ciudadanía*», Madrid (España), Septiembre 2005, <http://www.proyecto-atlantida.org>.
- **Radoff**, Jon: «*Megatrends in Video Gaming*», GamerDNA Inc., <http://www.gamerdna.com>, 2009.
- **Rajan**, Raghuram G.; **Zingales**, Luigi: «*Saving capitalism from the capitalists: Unleashing the Power of Financial Markets to Create Wealth and Spread Opportunity*», Princeton University Press, 2004.
- **Randall**, Diane: «*Change Your Life in 21 Days, Create a new habit in 21 days*», <http://www.lifeaccelerated.com/> (December, 2009).
- **Razeto**, L.: «*La Economía de Solidaridad: concepto, realidad y proyecto*», 2007; en **Coraggio**, J. L. (Org.): «*La Economía Social desde la periferia. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social*», Altamira, UNGS, Bs. As.
- **Razeto**, L.: «*La ciencia económica ante la Economía de Solidaridad. Visión crítica de la historia de la disciplina*», 1994, en Economía de Solidaridad y Mercado democrático (Libro segundo), Ediciones PET, Santiago de Chile.
- **Razeto**, L.: «*¿Qué es la Economía de Solidaridad?*», 1985; «*El camino de los pobres y de la Economía Popular*», en «*Los caminos de la Economía de Solidaridad*», Ediciones PET, Santiago de Chile.
- **Renkl**, Alexander: «*Learning from worked-out examples: A study on individual differences*», Cognitive Science: A Multidisciplinary Journal, Volume 21, Issue 1, January 1997, pages 1 – 29.
- **Research and Markets**: «*Global Consumer Trends*», 2009, <http://www.researchandmarkets.com>.
- **Research and Markets**: «*Future innovations in Bakery: The mega trends of Convenience, Health and Indulgence*», Dublin (Ireland), Business Insights, January 2002, <http://www.researchandmarkets.com>.
- **Rheem**, Helen: «*The learning organization*», Harvard Business Review vol. 73, no. 2, page 10, March/April 1995.
- **Rohm**, Robert A.: «*Knowing Personality Styles Helps You To Understand Yourself . . . And Others!* », 2004, [www.personalityinsights.com](http://www.personalityinsights.com) (Julio 2009).
- **Rome**, David I.: «*The Deeper Dimensions of Transformational Change: A Call to Collective Inquiry and Action*», The Systems Thinker Newsletter, Volume 15, Number 5.
- **Rubin**, I.: «*Primera Parte. Teoría marxista del fetichismo de la mercancía: I. Las bases objetivas del fetichismo de la mercancía; II. El proceso de producción y su forma social; III. Cosificación de las relaciones de producción entre los hombres y personificación de cosas*», 1974, en Ensayos sobre la teoría marxista del valor, Cuadernos de Pasado y Presente, Ediciones PyP, Córdoba (Argentina).
- **Saint-Martin**, Denis: «*How the Reinventing Government Movement in Public Administration was exported from the U.S. to other countries*», International Journal of Public Administration, 1532-4265, Volume 24, Issue 6, 2001, Pages 573 – 604.
- **SAP**: «*Leveraging the Talent Supply Chain for a Competitive Advantage*», 2009.
- **Sawyer**, R. Keith (editor): «*The Cambridge Handbook of The Learning Sciences*», Cambridge University Press, 2006.
- **Schein**, Edgar: «*How Can Organizations Learn Faster? The Challenge of Entering the Green Room*», SMR Forum, Sloan Management Review, Winter 1993, pages 85-92.
- **Senge**, Peter M.: «*Systems Thinking and The Learning Organization*», ReVISION Journal Volume 7, Number 2.
- **Senge**, Peter M.: «*Mental models. putting strategic ideas into practice*», Planning Review, Volume 20 Number 2, March-April 1992, pages 4 -8

- Senge, Peter M.: «*The Fifth Discipline: The Art & Practice of The Learning Organization*», Broadway Business (REV edition), March 2006.
- Senge, Peter M.: «*Leading Learning Organizations*», Training & Development vol. 50, no. 12, pages 36-40, December 1996.
- Senge, Peter M. et al.: «*The Dance of Change: The Challenges to Sustaining Momentum in Learning Organizations*», Broadway Business, First edition, March 1999.
- Senge, Peter M. et al.: «*PRESENCE: An Exploration of Profound Change in People, Organizations and Society*», SOL (Society for Organizational Learning), 2007.
- Senge, Peter M. et al.: «*The Necessary Revolution: How Individuals and Organizations are Working Together to Create a Sustainable World*», Doubleday Currency, June 2008.
- Shurkin, Joel N.: «*Engines of the mind: the evolution of the computer from mainframes to microprocessors*», Editor: Norton, 1996.
- Silva, Juan; Fontecoba, Ariel: «*De la Globalización a la Economía solidaria*», <http://www.economiasolidaria.org> (Sep. 2009).
- Silverstein, Barry: «*Business to business Internet marketing*», Maximum Press, 4th edition, 2001.
- Singer, P.: «*Economía Solidaria. Un modo de producción y distribución*», 2007, en Coraggio, J. L. (Org.): *La Economía Social desde la periferia*. Contribuciones latinoamericanas, Colección lecturas sobre Economía Social, Altamira, UNGS, Bs. As.
- Singer, Peter: «*How are we to live? Ethics in an age of self-interest*», Random House Australia, 1993.
- Slaughter, Richard: «*New thinking for a new millennium*», Rutledge, 1996.
- Smith, Tom: «*Global Social Media Trends*», Social Media summit, My 14th 2009, <http://www.trendstream.net>.
- Seth, Anil: «*Functions of Consciousness*», Department of Informatics, University of Sussex, Brighton, UK, December 2008.
- SPH: «*Leading and Managing the Change Process*», University of Washington, 2009.
- SSA & Company: «*Transforming Business through smarter process*», 2008-2009, <http://ssaandco.com>.
- Starobin, Paul: «*After America: Narratives for The Next Global Age*», Viking Adult, May 2009.
- Stern, Scott; Porter, Michael E.; Fuman, Jeffrey L.: «*The Determinants of National Innovative Capacity*», Social Science Research Network (SSRN), NBER Working Paper No. W7876, September 2000, <http://papers.ssrn.com>.
- Scharmer, Otto: «*Theory U*», The Society for Organizational Learning (SOL), First edition, May 2007.
- Schwaninger, Markus: «*Intelligent Organizations: Powerful Models for Systemic Management*», Springer, 2nd edition, 2009.
- Schwaninger, Markus: «*Intelligent organizations: an integrative framework*», John Wiley & Sons, 2009.
- Thompson, Chic: «*YES, BUT ...*», Creative Management Group, 2004-2009, [www.whatagreatidea.com](http://www.whatagreatidea.com).
- Toffler, Alvin: «*Powershift: Knowledge, Wealth, and Violence at the Edge of the 21st Century*», Bantam Publisher, 1991.
- Tongchuay, Chawanrat; Praneetpolgrang, Prasong: «*Knowledge Quality and Quality Metrics in Knowledge Management Systems*», International Journal of the Computer, the Internet and Management, Vol.16 No. SP3, December, 2008.
- Treacey, Noel: «*Creating a knowledge-based society*», EMBO Reports, European Molecular Biology Organization, 2000 December 15, Vol. 1 Number 6, pp. 460-462.
- Turner, A.; Penn, A.: «*Evolving direct perception models of human behavior in building systems*», Springer, 2007.
- Ty, Reynaldo R.: «*Megatrends in Power Shifts, Paradigm Shifts: Towards the Construction of New Cosmologies*», University of the Philippines College of Social Sciences and Philosophy, 1997.
- Varian, Hal R.: «*The Information Economy*», School of Information Management and Systems, University of California Berkeley, 1994-2001.
- Vasilash, Gary S.: «*Stick Shift: Learning to Change*», Field Guide to Automotive Technology, <http://www.autofieldguide.com>. // Senge, Peter M. et al.: «*The Fifth Discipline Fieldbook*», Broadway Business; First edition, June 1994.
- Vidal, Fernando: «*Brainhood, anthropological figure of modernity*», Max Planck Institute for the History of Science, Berlin, Germany, History of the Human Sciences, Vol. 22, No. 1, pages 5-36, 2009.
- Viguerie, Patrick; Smit, Patrick; Baghai, Mehrdad: «*The Granularity of Growth: How to Identify the Sources of Growth and Drive Enduring Company Performance*», Wiley, 2008.
- Wilson, Richard C.: «*Sales and Negotiation*», 2007.
- Zajac, Gary: «*Reinventing government and reaffirming ethics : implications for organizational development in the public service*», Public administration quarterly Vol. 20 Number 4, 1997.
- Zayas, Benjamin; Simpson, Sam (eds.): «*The impact of technology on users: Breaking or creating boundaries?*», Workshop in human centered technology, Brighton, UK; September 2000.
- Zayas, Benjamin (ed.): «*Tools for thought: communicating and learning through digital technology*», University of Sussex, Brighton, UK, Cognitive and Computer Sciences, September 2002.
- Zeeb, Catherine: «*Philosophy of Mind and Cognitive Science: Follow your heart, not your mind*», [www.healing-spirits.net](http://www.healing-spirits.net), 2009.



# Capítulo 2

## LA PROACTIVIDAD Y EL PLAN CREATIVO DE VIDA



«El Homo Sapiens Sapiens que ha desarrollado la ciencia y la tecnología hasta conquistar el átomo, el ADN y el espacio, debe conquistar sus mundos internos, desarrollar sus sentidos de percepción interna, despertar el 100% de su Consciencia Divina, si pretende continuar con su senda evolutiva superior», Samael Aun Weor<sup>184</sup>.

Las estructuras actitudinales, la capacidad de ser una persona proactiva y **El Plan Creativo de Vida** son los temas principales de este capítulo.

«Las personas fuertes crean sus acontecimientos; las débiles sufren lo que les impone el destino» -- Alfred Victor de Vigny (27 de Marzo de 1797 – 17 de Septiembre de 1863); fue un poeta, dramaturgo y novelista francés.

La cita de Alfred de Vigny es muy pertinente. Los estudiantes exitosos tienen unas estructuras actitudinales fuertes, siempre son proactivos, tomando la iniciativa en toda situación relacionada con sus actividades académicas, y actúan dentro de un contexto de metas prefijadas guiadas por planes y esfuerzos intencionales de logros, mediante el cual determinan

sus propias circunstancias y triunfos de vida.

Unas sanas y eficientes estructuras actitudinales y la capacidad de tener iniciativa propia (la proactividad) son dos categorías de factores cruciales que es necesario configurar dentro de las estructuras de personalidad, e incluso más a más profundidad dentro de las estructuras éticas del carácter, si se pretende tener logros de excelencia en los procesos de estudio/aprendizaje, tanto dentro del contexto académico como dentro de las empresas y los negocios, para enfrentar en forma productiva y competitiva los ingentes cambios que están generando los procesos de globalización<sup>185</sup> y de automatización informatizada y del conocimiento.

Dentro de estos procesos, son los individuos y los grupos de individuos los que configuran las bases del «Capital Social»<sup>186</sup>, con sus talentos, destrezas, creatividad y competencias; también son los individuos los que integran y dinamizan las «redes sociales» que tanto están influyendo en lo socio-cultural y en la Economía Global.

Las estructuras actitudinales y la proactividad están directamente relacionadas con las competencias de autodeterminación, autorregulación y autocontrol, autogestión y autocuidado, que guían y encauzan la propia iniciativa, la capacidad de ser un individuo proactivo,

<sup>184</sup> En varias de sus obras explica la constitución multi-dimensional del Ser Humano y las técnicas precisas para alcanzar nuestro destino trascendente superior. Véase, por ejemplo: «El Misterio del Áureo Florecer», «Las Tres Montañas», «El Matrimonio Perfecto», «La Revolución de la Dialéctica», «Didáctica del Autoconocimiento», «La Piedra Filosofal, o El Secreto de los Alquimistas», descargables gratuitamente, en formato PDF, de la página <http://sawzone.org>.

<sup>185</sup> Pérez, María Guanipa; Martín-Fiorino, Víctor R.; Rietveldt, Francis: «Formación de un docente proactivo en el contexto de la globalización», Octubre 2007, <http://www.gestiopolis.com>. // Sabourin, Lise: «Le grand homme selon Alfred de Vigny: de la célébrité au rayonnement de la pensée», Travaux de Littérature, Nro. 18, 2005, págs. 297-308.

<sup>186</sup> Villar-Hoz, Esperanza: «La construcción de capital social en las universidades: Un análisis motivacional de las estrategias de networking de los estudiantes», Ministerio de Educación, Venezuela, 2005. // da Costa, António Firmino; Lopes, João Teixeira: «How do Higher Education Students deal with social and Academic inequalities? A multi-level sociological analysis», 2nd International RESUP Conference, «Inequalities in Higher Education and Research», University of Lausana (UNIL), 18th-20th June 2009. // MEN/ICFES: «Fundamentación pedagógica de la orientación curricular para las Ciencias Sociales en la Educación Básica y Media», Revolución Educativa/Colombia Aprende, Ministerio de Educación Nacional (MEN), Instituto para la Educación Superior (ICFES), <http://menweb.mineducacion.gov.co>.

automotivado, hacia la obtención de las metas pre-establecidas, hacia la concreción en la cotidianidad de esa visión englobante de nuestros más caros ideales<sup>187</sup>. La figura 2.1 esquematiza los principales factores nucleares relacionados con la propia motivación, con las estructuras actitudinales<sup>188</sup> (las líneas punteadas significan realimentación).



Figura 2.1 Modelo interaccionista que esquematiza los factores nucleares que influyen en las estructuras Actitudinales y la Proactividad.

Las técnicas de *Empoderamiento Cognitivo* permiten lograr una mayor integración, en amplitud y profundidad, mayores niveles de excelencia en los logros académicos, empresariales y de negocios, insuflando dinámica al **Plan Creativo de Vida**, a las estructuras actitudinales y a la proactividad, a las estructuras de compromisos personales, socio-culturales y económicos.

## Motivación y Autodeterminación

La *autodeterminación*, esa capacidad de establecer y perseguir las propias metas, está íntimamente influida por la *automotivación* que puede originarse y estar influenciada por diversas fuentes<sup>189</sup>, y presentar una amplia gama de graduaciones:

**1ª) – Actitud amotivada** en la cual el comportamiento, y los subyacentes procesos cognitivos, psicoemocionales, mentales, de los individuos carecen de un sustrato sólido, están impregnados de vaguedad cognitiva, lo cual se refleja en una actuación desgreñosa soportada en actitudes negativistas y desdeñosas, plenas de apatías e incertidumbres, sin coherencia en los propósitos, plenamente imbuidas de baja auto-estima, denotando pobre niveles de auto-imagen y auto-valía

<sup>187</sup> Vázquez, Ángel; Manassero, María-Antonia: «Students' attitudes toward the environment», Infancia y Aprendizaje, Volume 28, Number 3, September 2005, pp. 309-327. // Ryan, Richard M.; Deci, Edward L.: «Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being», University of Rochester, American Psychologist, Vol. 55, No. 1, pages 68-78, January 2000. // Ferran-Ferrer, Núria; Pérez-Montoro, Mario: «Gestión de la información personal en usuarios avanzados en TIC», El Profesional de la Información Volume 18, Number 4 / July - August 2009, Pages: 365 – 373.

<sup>188</sup> Deci, Edward L.; Ryan, Richard M.: «The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior», Department of Psychology, University of Rochester, Psychological Inquiry Vol. 11, No. 4, pages 227–268, 2000. // Amabile, T. M.; DeJong, W.; Lepper, M.: «Effects of externally imposed deadlines on subsequent intrinsic motivation», Journal of Personality and Social Psychology, Volume 34, pages 92–98, 1976. // Martínez-Agudo, J.: «Reflexiones psicolingüísticas sobre la naturaleza y dinámica del fenómeno de la interferencia durante los procesos de aprendizaje y adquisición de una lengua extranjera: 1.2.1 Conceptos fundamentales de la teoría del Aprendizaje», Universidad de Extremadura, Badajoz (España), 1999 (Tesis doctoral).

<sup>189</sup> Ryan, R.; Deci, E.: «From ego-depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self», Social and Personality Psychology Compass, Volume 2, pages 702–717, 2008. // Brown, K. W.; Ryan, R. M.: «The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being», Journal of Personality and Social Psychology Volume 84, pages 822–848, 2003.



con respecto a un tema o a una asignatura. En este nivel, las personas se auto-perciben como presas de indefensión, que no pueden controlar su entorno ni sus circunstancias, que carece de la capacidad de autodeterminarse, que los resultados y los eventos en los cuales participa son independientes de sus decisiones y acciones («indefensión condicionada»)<sup>190</sup>, mostrando en su comportamiento altos grados de pasividad, pereza, aburrimiento, dejadez con una labor o con los temas cognitivos de una asignatura<sup>191</sup>.

Además, el individuo carece de expectativas de reforzamiento, y en su psicoemocionalidad no atina a descubrir ningún propósito o intención coordinada en los contenidos de una asignatura y en todo el ambiente cognoscitivo que implica, se siente como un prisionero (en una «prisión psíquica») con la constante percepción de que nada vale la pena, de que se es un «fracaso en todo», o de que se merece ese «constante castigo», y de que nada de lo que haga puede cambiar o influir en la situación actual.

Los efectos más connotados de la amotivación son el abandono de las asignaturas, la repitencia de las mismas, y el pobre desempeño académico. En la dimensión personal, es preciso la ayuda profesional-médica para estos individuos, pues están propensos a desarrollar síndromes nefastos para la salud orgánica, psicoemocional y mental<sup>192</sup>, como el del «estrés crónico», el «síndrome de estar quemado» («burnout»), o llegar a «estados de depresión profunda» que – a su vez- propician el refugiarse en hábitos nocivos como el tabaquismo, el alcoholismo, la drogadicción o el fanatismo, o llegar a conductas delictivas o al suicidio.



**2ª) – Actitud de motivación externa o extrínseca** implica que los individuos son influenciados y controlados por hábitos y costumbres, normatividades, paradigmas socio-culturales, u otras contingencias externas que configuran estructuras disciplinarias de «reforzamientos» o «castigos», mediante las cuales las personas se ven obligadas, coaccionadas, o presionadas a seguir tal o cual dirección, a lograr ciertas metas. En este caso, la motivación es preponderantemente extrínseca porque las razones o justificaciones para que el individuo alcance objetivos no tienen nada que ver, o tienen que ver muy poco, con las propias estructuras internas personales o con los propios anhelos, sino con las presiones que son socio-culturalmente controladas<sup>193</sup>, ya sea por los núcleos familiares, por grupos de amistades, por las costumbres ancestrales, por la moda, o por la manipulación mediática.



Una variante bastante común consiste en interiorizar la necesidad de alcanzar ciertos logros establecidos por el entorno socio-cultural de actuación. Las personas se mentalizan con las metas propuestas –sin cuestionamiento alguno- y enfocan su accionar en los

<sup>190</sup> Chawla, N.; Neighbors, C.; Logan, D.; Lewis, M.A.; Fossos, N.: «Perceived Approval of Friends and Parents as Mediators of the Relationship Between Self-Determination and Drinking», Journal of Studies on Alcohol and Drugs, Volume 70 Issue 1, pages 92-100, 2009. // Chua, Sook Ning; Koestner, Richard: «A Self-Determination Theory Perspective on the Role of Autonomy in Solitary Behavior», The Journal of Social Psychology, Volume 148 Issue 5, pages 645-7, 2008. // Jang, Hyunghim M.: «Supporting Students' Motivation, Engagement, and Learning During an Uninteresting Activity», Journal of Educational Psychology, Volume 100 Issue 4, page 798, 2008.

<sup>191</sup> Pintrich, P. R.; Schunk, D.H.: «Motivation in education: Theory, research, and Applications», Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1995. // Zimmerman, B. J.; Ringle, J.: «Effects of model persistence and statements of confidence on children's self-efficacy and problem solving», Journal of Educational Psychology, 73, pages 485-493, 1981.

<sup>192</sup> Pujol-Segarra, Joan: «Perspectivas de Intervención en Riesgos Psicosociales», Foment Del Treball Nacional, Barcelona (España), 2004. // Lahire, Bernard : «Lo que el trabajo esconde Materiales para un replanteamiento de los análisis sobre el trabajo», Editora: Traficante de Sueños/Bifurcaciones, Madrid (España), Febrero de 2005. // Fernet, C.; Guay, F.; Senecal, C.: «Adjusting to job demands: The role of work self-determination and job control in predicting burnout», Journal of Vocational Behavior, Volume 65, pages 39–56, 2004.

<sup>193</sup> Vexler-Talledo, Idel: «Orientaciones para el Trabajo Pedagógico de Ciencias Sociales», Ministerio de Educación de España, Madrid, Segunda edición, 2006. // Ryan, R. M.; Deci, E. L.: «Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions». Contemporary Educational Psychology, Volume 25, pages 54-67, 2000.



logros implicados, ya sea para evitar el rechazo o marginalización del grupo socio-cultural en el cual se inscriben, o para evitar las situaciones conflictivas que se derivan de no optar por tales metas, o porque –de todas formas- se sienten orgullosas de lograr las metas impuestas y de la aceptación y el auto-aprecio asociados con dichos logros. Es el caso de los estudiantes, que inician una carrera universitaria, impulsados por la tradición familiar y las presiones de los grupos de amistades y compañerismo, más que por las propias convicciones y profundas motivaciones. Aquí se trata más bien de unas actitudes, que denotan comportamientos de autocontrol y de autodisciplina, que de una legítima motivación interna, que una auténtica *automotivación*, aunque -de todas formas- se involucra buenas dosis de coherencia, autorregulación y congruencia en las estructuras de personalidad<sup>194</sup>.

Otra variante de la motivación extrínseca se da cuando las personas evalúan varias opciones que brinda el entorno socio-cultural y seleccionan según sus propios criterios, gustos y enfoques, un derrotero a seguir. El *locus motivacional* (origen de los procesos motivacionales) sigue siendo externo, extrínseco, es decir que proviene del contexto socio-cultural externo al individuo, pero ya existe un *factor decisional* determinado por las propias estructuras internas del individuo. La secuencia de actuaciones que seguirá el individuo no se origina en el valor que tienen las metas en sí mismas –para el individuo-, o en la satisfacción personal, o en el placer de llevarla a cabo, sino en la necesidad de cumplir con un proyecto impuesto externamente y aceptado voluntariamente por el individuo, quien ha decidido que la conducta es importante y necesaria de realizarse, y decide libremente realizarla, y encuentra suficiente cantidad de elementos «satisfactores» para hacerlo.

**3ª) – Con la motivación intrínseca o la auténtica automotivación** se efectúa una secuencia de actividades, un trabajo, un proyecto de vida, por el simple hecho de tener los talentos y aplicarlos por iniciativa propia, por propia voluntad, sin coacciones externas, porque es lo que se desea hacer motivado desde lo más profundo del ser humano.

Es el factor nuclear en las acciones proactivas de artistas de todo género, de científicos, deportistas, creativos de todo nivel, padres de familia y líderes comunitarios, directivos y líderes empresariales, que hallan una gran satisfacción en hacer lo que hacen.

La *motivación intrínseca*, la *automotivación*, proporciona al individuo la capacidad de sentirse y comportarse en forma competente y competitiva, de tener auto-determinación<sup>195</sup> en toda secuencia de eventos y procesos en los cuales se involucra, y de ser auto-regulado<sup>196</sup> en los procesos cognitivos del aprendizaje, del trabajo que se desempeña, dentro de los contextos de actuación socio-cultural en los cuales se participa. El *aprendizaje auto-regulado* implica que el individuo (estudiante, o trabajador, o profesional, o empresario) estructura y aplica estrategias metacognitivas, conformadas sinérgicamente por la herencia genética, los talentos innatos y adquiridos, la experiencia con sus regularidades empíricas y heurísticas, la intuición, la «malicia indígena», aunadas al estudio y hábitos saludables y



<sup>194</sup> Sheldon, K. M.; Kasser, T.: «Coherence and congruence: Two aspects of personality integration», *Journal of Personality and Social Psychology*, Volume 68 Number 3, pages 531-543, 1995. // Deci, E.; Ryan, R.: «Intrinsic motivation and self-determination in human behavior», New York: Plenum, 1985. // Drucker, Peter F.: «Effective Decision», *Harvard Business Review*, 1967.

<sup>195</sup> Niemiec, C. P.; Lynch, M. F.; Vansteenkiste, M.; Bernstein, J.; Deci, E. L.; Ryan, R. M.: «The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization», *Journal of Adolescence* Volume 29, pages 761-775, 2006. // Lepper, M.; Greene, D.: «Turning play into work: Effects of adult surveillance and extrinsic rewards on children's intrinsic motivation», *Journal of Personality and Social Psychology* Volume 31, pages 479-486, 1975. // Houser-Marko, L.; Sheldon, K. M.: «Eyes on the prize or nose to the grindstone? the effects of level of goal evaluation on mood and motivation», *Personality and Social Psychology Bulletin*, Volume 34, pages 1556-1569, 2008.

<sup>196</sup> Muraven, M.; Gagné, M.; Rosman, H.: «Helpful self-control: Autonomy support, vitality, and depletion», *Journal of Experimental Social Psychology*, Volume 44, pages 573-585, 2008. // Chirkov, V. I.; Vansteenkiste, M.; Tao, R.; Lynch, M. F.: «The role of self-determined motivation and goals for the study abroad in the adaptation of international students», *International Journal of Intercultural Relations*, Volume 31, pages 199-222, 2007.

eficientes, para motivarse y manifestar ciertos comportamientos que promueven los logros cognitivos y académicos de excelencia<sup>197</sup>.

### El Flujo Dinámico Cognitivo

Relacionado con la *automotivación*, la *autodeterminación* y la *autoregulación*, factores nucleares de la *proactividad* en los procesos cognoscitivos y en los procesos de estudio/aprendizaje, está el concepto del «*flujo dinámico cognitivo*»<sup>198</sup>, el cual se refiere a un estado interior de concentración y control, de eutimia y sínthesis, de gusto y placer, de total compenetración y fluidez, de sinergia y eficiencia, con las actividades que se hacen. El «*flujo dinámico cognitivo*» está sinérgicamente imbricado con el proceso del «*flujo dinámico universal*», algo a lo que ya Heráclito de Éfeso hizo referencia al basar buena parte de su Filosofía en el «*Todo fluye*», y en su aserto milenar «*nadie se baña dos veces en el mismo río*»<sup>199</sup>. Y –a su manera- el autor como poeta lo ha expresado en el poema adjunto<sup>200</sup>. (en autor como poeta, utiliza el pseudónimo **Mustafá Al-Kassim**, y ha ganado el V Concurso Nacional de Poesía Ciudad de Guatapé, en Noviembre de 1991; y el I Concurso Nacional de Poesía Revista Avatares, en Octubre de 2010; los poemas respectivos, y selecciones de varios de sus ya 24 volúmenes escritos de Poesía se pueden estudiar en <http://es.scribd.com/mak2050>).

#### «El antiguo vigía de las formas»

Esto ya lo dijo Heráclito, el antiguo vigía de las formas: «*Todo fluye*». Y todo es olvido y es carcoma y se derruye entre las ruinas de un paisaje ambiguo. Somos polvo de estrellas. Ya la Esfinge lo cifró en el tablero del Enigma y en el rigor de ese otro paradigma que todo lo devora y siempre finge ser, en su dehiscencia adamantina, la briosa noche y el corcel del hada, el dios del numen y el numen de la nada, la flor del día, y culmen y sentina... El Universo es así. «*Todo refluye*». Y todo vuelve al Caos que destruye la forma del deseo y su osadía, al Sol y al Hombre y a su Cosmogonía...

Mustafá Al-Kassim  
Medellín, Colombia, 5 Octubre 1998.

En este estado el accionar del individuo se produce sin esfuerzo, en forma ergonómica, minimizando el estrés nocivo, con plena alegría y satisfacción generadores de enormes dosis de endorfinas y positivismo, y tiene la sensación de un absoluto control sobre la actividad y sobre los resultados fructíferos de la misma<sup>201</sup>. Al sentir, pensar y actuar así, el individuo está emulando los procesos naturales de los ecosistemas y del universo, siendo *uno* con ellos<sup>202</sup>.

Este proceso posee -en sí mismo- un potente ciclo de retroalimentación positiva, de «*refuerzo positivo*»<sup>203</sup>, y el individuo que alcanza estos niveles de *automotivación* difícilmente regresará a

<sup>197</sup> Watkins, Ryan: «75 e-Learning Activities : Making Online Learning Interactive, Learning Styles and Study Habits», Pfeiffer, April 2005. // Chirkov, V. I.; Vansteenkiste, M.; Tao, R.; Lynch, M. F.: «The role of self-determined motivation and goals for the study abroad in the adaptation of international students», International Journal of Intercultural Relations, Volume 31, pages 199-222, 2007. // Pintrich, P. R.; De Groot, E. V.: «Motivational and self-regulate learning components of classroom academic performance», Journal of Educational Psychology, Volume 82, pages 33-40, 1990. // Zimmerman, B. J.: «Self-regulating academic learning and achievement: The emergence of a social cognitive perspective», Educational Psychology Review, Volume 2, pages 173-201, 1990.

<sup>198</sup> Marr, Arthur J.: «In the Zone: A Biobehavioral Theory of the Flow Experience», Benecom Technologies, Inc., New Orleans, Louisiana (USA), 2001. // Shu-Ling Wang; Pei-Yi Wu: «The role of feedback and self-efficacy on web-based learning: The social cognitive perspective», Computers & Education, Volume 51, Issue 4, pages 1589-1598, December 2008. // Sedig, Kamram: «Toward operationalization of 'flow' in mathematics learnware», Computers in Human Behavior, Volume 23, Issue 4, pages 2064-2092, July 2007. // Csikszentmihalyi, Mihaly: «Play and Intrinsic Rewards», Journal of Humanistic Psychology, Volume 15, pages, 41-63, 1975.

<sup>199</sup> Heráclito de Éfeso (544-484 a.C., aprox.): A Heráclito le conocen muchos por la famosa expresión que se le ha atribuido: «*Todo Fluye*». Esto, en resumidas cuentas, es lo que de él sabe mucha gente. Pero tal afirmación no constituye, por así decirlo, el núcleo de su pensamiento filosófico, aunque si sea de verdad un aspecto importante de su doctrina. Afirmó radicalmente que todo cambia y nada permanece; el universo es un continuo devenir en el que nada es idéntico consigo mismo porque todo está sometido a continuas transformaciones [La única constante universal es **El Cambio**]. El mundo está en flujo permanente, por lo que «*no es posible introducirse dos veces en el mismo río, tocar dos veces una sustancia mortal en el mismo estado, dado que por el ímpetu y la velocidad de los cambios se dispersa y vuelve a reunirse, viene y desaparece*». //

<sup>200</sup> Una muestra de la obra poética de Mustafá Al-Kassim en <http://www.scribd.com/doc/12308651/Hollar-La-Maestra-Vida>. <http://www.scribd.com/mak2050>.

<sup>201</sup> Zimmerman, B. J.: «Self-efficacy and educational development», In A. Bandura (Ed.): «Self-efficacy in changing societies» (pp. 202-231). New York: Cambridge University Press, 1995. // Csikszentmihalyi, Mihaly: «Flow: The Psychology of Optimal Experience», Perennial, 1990. // Csikszentmihalyi, Mihaly: «Creativity : Flow and the Psychology of Discovery and Invention», 1997. // Csikszentmihalyi, Mihaly: «Good Business: Leadership, flow and the making of meaning», 2003.

<sup>202</sup> Capra, Fritjof: «The Tao of Physics», Shambhala; Revised edition, (August 1991. // Zukav, Gary «Dancing Wu Li Masters: An Overview of the New Physics», HarperOne, July 2001. // Talbot, Michael: «The Holographic Universe», Harper Perennial, First edition, May 1992.

<sup>203</sup> Deci, E.; Ryan, R.: «The general causality orientation scale: Self determination in personality», Journal of Research in Personality, Volume 19, pages 109 – 134, 1985. // Pritchard, R.; Campbell, K.; Campbell, D.: «Effects of extrinsic financial rewards on intrinsic motivation», Journal of Applied Psychology, Volume 62, pages 9–15, 1977.

estados amotivados o de motivación exclusivamente extrínseca, pues se ha enganchado en un proceso de «*Mejora Continua*» *ad infinitum*, cimentado en transacciones «*Ganar/Ganar*», aplicando y extendiendo la aplicación de las heurísticas, estrategias y estilos exitosos –una y otra vez- descubriendo nuevas variantes del «*flujo dinámico cognitivo*», mediante «*chispazos creativos*». Esta experiencia suele producirse cuando existe una situación de reto óptimo, que pone a prueba las destrezas de excelencia de los individuos, es decir, una situación en qué el nivel de habilidades, competencias, de las personas iguala o se equipara –por lo menos- con el nivel de desafío y/o complejidad que implica la dificultad de la tarea o de actividades, y el individuo percibe una alta congruencia entre los retos y complejidades –por un lado- y las propias habilidades para enfrentarlos y superarlos<sup>204</sup>. La figura 2.2 esquematiza estos conceptos.

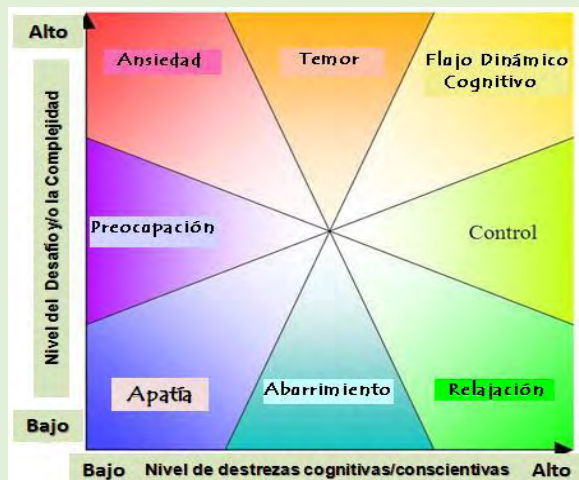


Figura 2.2 El *Flujo Dinámico Cognitivo* se presenta cuando se sostienen las notas de alto nivel de destrezas cognitivas/conscientes y del nivel del desafío y la complejidad.

De hecho, en los últimos 30 años, las investigaciones en *Ciencias Cognitivas* han establecido que la *propensión motivacional* de naturaleza primaria del ser humano es la de ser eficaz y eficiente para idear, diseñar y generar cambios en el entorno o contexto material/cognitivo abstracto/simbólico de actuación y controlarlo en consecuencia.

Y en dichos procesos se presenta, en los individuos más capaces y evolucionados, un estado de placer y gusto, de bienestar consigo mismo y con lo que hace, convirtiéndose en forma auto-determinada en un agente causal de su conducta, y generando una incrementada eficiencia cognitiva que se presenta cuando la persona se involucra en forma absorbente con las actividades desarrolladas, dedicándoles todo su tiempo y esfuerzo, todo lo mejor de sus talentos y habilidades, e indagando, investigando nuevas y mejores teorías y técnicas para resolver los problemas inherentes. Las personas automotivadas, autodeterminadas, y autorreguladas se ven a sí mismas como agentes causales de sus acciones, pre-establecen y seleccionan los resultados deseados y eligen estrategias y líneas de actuación que les lleve a la consecución de esos resultados<sup>205</sup>.

Las organizaciones de todo tipo y nivel, dentro de sus estrategias y sistemas de la «*Gestión del Talento Humano*», están desarrollando y aplicando metodologías, apoyadas en las tecnologías pertinentes, para lograr que cada vez más y más personas adquieran las competencias inherentes al «*Flujo Dinámico Cognitivo*», pues dichos conjuntos de habilidades son la base nuclear en relación con el análisis de las motivaciones que llevan a los individuos y a los grupos a desarrollar el «*Capital Humano*» base *sine quanon* del «*Capital Social*»<sup>206</sup> - es decir, de esas competencias y conocimientos integrados sinérgicamente en los grupos de trabajo y en la sociedad en general.

### El Talento Humano

El *Talento Humano*, englobando todas las diversas competencias que exhiben las personas, es la base del *Capital Humano*, pero éste también comprende los diversos niveles energéticos, o dimensiones, y las capacidades

<sup>204</sup> Kristen J. Bardou; et al.: «*Self-Efficacy and Student Leaders: The Effects of Gender, Previous Leadership Experiences, and Institutional Environment*», Indiana University, 2003. // Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Finding Flow: The Psychology of Engagement With Everyday Life*», 1998. // Fortier, M. S.; Sweet, S. N.; O'Sullivan, T. L.; Williams, G. C.: «*A self-determination process model of physical activity adoption in the context of a randomized controlled trial*», *Psychology of Sport and Exercise*, 8, pages 741–757, 2007.

<sup>205</sup> Deci, E.; Ryan, R.: «*A motivational approach to self: Integration in personality*», In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*, Vol. 38: «*Perspectives on motivation*» (pp. 237–288). Lincoln: University of Nebraska Press, 1991. // Moller, A.; Deci, E.; Ryan, R.: «*Choice and ego-depletion: The moderating role of autonomy*», *Personality and Social Psychology Bulletin*, Volume 32, pages 1024–1036, 2006.

<sup>206</sup> Drucker, Peter F.: «*On the Profession of Management*», Harvard Business Press, 2003. // Dvorak, P.; Badal, J.: «*This Is Your Brain on the Job*», *Wall Street Journal*, September 20, 2007. // Rock, David: «*The Business Brain In Close-Up: Can Neuroscience offer insights into the 'soft' art of Leadership?*», *BusinessWeek*, July 23, 2007.



y destrezas exhibidos en ellos (lo bioenergético, y bio-electro magnético base del cuerpo o dimensión vital; lo emocional y sentimientos como funcionalismos del cuerpo o dimensión astral; lo intelectual y lo cognoscitivo como funcionalismos propios del cuerpo o dimensión mental; lo volitivo o las capacidades ejecutivas, autodisciplinarias, como procesos propios del cuerpo de la voluntad o cuerpo o dimensión causal; lo genuinamente trascendente, lo espiritual, como funcionalismos superiores de la consciencia humana, o cuerpo o dimensión de la consciencia)<sup>207</sup>.

## Motivación y Socialización



Es aceptado generalmente que a través de los procesos de socialización y culturización, los individuos aprenden, internalizan e involucran en sus formas de pensar, sentir y comportarse todos los preceptos sociales, las normatividades culturales, las costumbres ancestrales, los dichos, refranes, el humor y demás componentes de la tradición oral y la «sabiduría popular», los hábitos inveterados de un determinado grupo social<sup>208</sup>, configurando –así mismo- todas sus estructuras de personalidad.

Los procesos cognoscitivos, paradigmáticos y abstracto-simbólicos, implicados en la adaptación de los individuos en los contextos socio-culturales afecta su experiencia perceptual y fenomenológica, y sensibiliza y promueve la interiorización, estructuración, aplicación, valoración del desempeño adaptativo, y realimentación de las estructuras actitudinales, las estructuras de valores éticos y morales, y los procesos de autodeterminación, autoregulación y automotivación<sup>209</sup>.

Desde la perspectiva de estos procesos, la socialización y culturización conllevan una inherente orientación hacia la configuración y desarrollo de estructuras internas de actitudes, emociones, modelos de pensamientos, voliciones, formas de comportarse, dinamizadas y sostenidas –en parte- por el impulso de satisfacer necesidades de autonomía, competencia, de relacionarse e interactuar con los congéneres, dada la fuerte tendencia gregaria de la especie humana<sup>210</sup>, de vivir en comunidad balanceando armónicamente los «*nichos y redes relacionales*», que se van generando en el proceso, con la obtención del



<sup>207</sup> Aun Weor, Samael: «Autoconocimiento», en <http://sawzone.org> (libre descarga en PDF, Agosto 2009).

<sup>208</sup> Vigilante, Vanessa Ann; Wahle, Robert G.: «Covariations between mothers' responsiveness and their use of "do" and "don't" instructions: Implications for child behavior therapy», Behavior Therapy, Volume 36, Issue 3, Summer 2005, Pages 207-212. // Belsky, Jay; Steinberg, Laurence; Draper, Patricia: «Further Reflections on an Evolutionary Theory of Socialization», Child Development, Volume 62, pages 682-685, 1991. // Maccoby, E.E.: «Socialization and developmental change», Child Development, Volume 55, pages 317-328, 1984. // Leve, Leslie D.; Fagot, Beverly L.: «Gender-role socialization and discipline processes in one- and two-parent families», Sex Roles, Volume 36, Numbers 1-2, pages 1-21, January 1997. // Bornstein, M.; Tamis-LeMonda, T.: «Maternal responsiveness and infant mental abilities: Specific predictive relations», Infant Behavior and Development, Volume 20, pages 283-296, 1997. // Belsky, J.: «The determinants of parenting: a process model», Child Development, Volume 55 Issue 1, pages 83-96, February 1984.

<sup>209</sup> Deci, E. L.; Ryan, R. M.: «Human autonomy: The basis for true self-esteem», In M. Kernis (Ed.): «Efficacy, agency, and self-esteem» (pp. 3149), New York: Plenum, 1995. // Deci, E.; Ryan, R. (Eds.): «Handbook of self-determination research», Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002. // Soenens, B.; Vansteenkiste, M.; Lens, W.; Luyckx, K.; Beyers, W.; Goossens, L.; Ryan, R.: «Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promoting independence versus promoting volitional functioning», Developmental Psychology, Volume 43, pages 633-646, 2007. // Roth, G.; Assor, A.; Kanat-Maymon, Y.; Kaplan, H.: «Autonomous motivation for teaching: How self-determined teaching may lead to self-determined learning», Journal of Educational Psychology, 99, 761-774, 2007.

<sup>210</sup> Eisenberg, Nancy; Cumberland, Amanda; Spinrad, Tracy L.: «Parental Socialization of Emotion», Psychological Inquiry Volume 9 Issue 4, pages 241-273, 1998. // Meyers, Renee A.: «Cultural and parental communicative influences on the career success of white and black women. (Statistical Data Included)», Women's Studies in Communication, September, 2001. // Koerber, Amy: «Postmodernism, resistance, and cyberspace: making rhetorical spaces for feminist mothers on the web», Women's Studies in Communication, September, 2001.

propio bienestar<sup>211</sup>.

Esta dinámica de propensiones naturales hacia el gregarismo y la interiorización de valores y de pautas de comportamiento socio-culturales, configurando el ethos individual, es un factor nuclear en el desarrollo de estructuras saludables de personalidad<sup>212</sup>, caracterizado por las tendencias hacia la diferenciación de las estructuras individuales y sociales, y su integración dentro de un coherente, unificado, saludable sentido de la propia valía, caracterizado por la autodeterminación expresada como ese conjunto de habilidades y destrezas para imaginar, diseñar y poner en práctico un rumbo de acción, la autoregulación o ese conjunto de capacidades que le permiten al individuo controlar sus impulsos más primarios para adaptarse al contexto socio-cultural de actuación, y la automotivación o esa serie de capacidades que configuran el motor de las propias decisiones y de la aplicación de los talentos, educación y capacitación, experiencias e intuiciones hacia el establecimiento y logro de visiones, planes y metas<sup>213</sup>. *Y todo esto se materializa en el cuerpo físico, celular, como trayectorias neuronales que se procesan y exhiben sus funcionalismos bajo la gestión de la mente, la Psicoemocionalidad y la consciencia humanas.*

En general, en los procesos de socialización humana, y en particular en los procesos de estudio/aprendizaje, los individuos pueden tener actitudes proactivas y motivadas (ya sea extrínseca o intrínsecamente), o pueden mostrar actitudes pasivas y amotivadas, como un resultado de las condiciones de los contextos socio-culturales en los cuales interactúan y se han desarrollado<sup>214</sup>.

Las estructuras actitudinales que dinamizan la proactividad se originan y empoderan en contextos-socioculturales sanos que guían – a su vez- hacia el desarrollo de estructuras psicoemocionales y mentales sanas, exhibidoras de características de autonomía, competitividad, y habilidades de relacionarse con los demás y aprovechar los «nichos y redes relacionales» como parte de sus estrategias de apalancamiento<sup>215</sup>. El «nicho» nuclear básico es el grupo familiar en el cual hemos nacido y nos hemos formado como individuos; a partir de ahí, hemos organizado extensas «redes» de relaciones familiares, de amistad y de otros tipos (clubes, grupos de interés, etc.). A medida que progresamos hacia contextos académicos y empresariales, vamos integrándonos a otros «nichos» y a otras «redes» de relaciones, mediante los cuales hacemos efectivos los procesos de apalancamiento y empoderamiento que facilitan todos los logros que podamos obtener.

### Nichos y Redes relacionale

En realidad, es mediante los «nichos y redes relacionales» como podemos desenvolvemos exitosamente en todo nuestro accionar socio-cultural, pues como simples individuos somos frágiles, indefensos, carecemos de reales oportunidades de progreso. Nuestras mayores fortalezas radican en saber aprovechar los «nichos y redes relacionales» existentes de interacción, y en saber involucrarse

<sup>211</sup> Gondoli, Dawn M.; Braungart-Rieker, Julia M.: «Constructs and Processes in Parental Socialization of Emotion», Psychological Inquiry, Vol. 9, 1998. // Grusec, Joan E.; Hastings, Paul David: «Handbook of socialization: Theory and Research», The Guilford Press, First edition, November 2006. // Deci, E.; Ryan, R.: «Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains», Canadian Psychology, Volume 49, pages 14–23, 2008.

<sup>212</sup> DeCharms, Richard: «Personal causation: The internal affective determinants of behavior», Academic Press (New York), 1968. // Ryan, R.: «Psychological needs and the facilitation of integrative processes», Journal of Personality, Volume 63, pages 397–427, 1995. // Kenyon S., Chan: «Locus of control and achievement motivation-critical factors in educational psychology», Psychology in the School, Volume 15 Issue 1, pages 104–110, February 2006.

<sup>213</sup> Grusec, Joan E.; Hastings, Paul David: «Handbook of socialization: Theory and Research», The Guilford Press, First edition, November 2006. // Ryan, R.; Connell, J.: «Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains», Journal of Personality and Social Psychology, 57, pages 749–761, 1989.

<sup>214</sup> Utman, Christopher H.: «Performance Effects of Motivational State: A Meta-Analysis», Personality and Social Psychology Review, Vol. 1, No. 2, pages 170–182, 1997. // Reinholdt, Mia: «No More Polarization, Please! Towards a More Nuanced Perspective on Motivation in Organizations», Copenhagen Business School - Center for Strategic Management and Globalization, May 2006. // Sedikides, Constantine; Gregg, Aiden P.: «The Self as a Point of Contact between Social Psychology and Motivation», University of Southampton (UK), 20006.

<sup>215</sup> McManus, Amy; Feinstein, Andrew Hale: «Internships and Occupational Socialization: What are Students Learning?», Developments in Business Simulation and Experiential Learning, Volume 35, pages 128–137, 2008. // Maehr, Martin L.; Sjogren, D. Douglas: «Atkinson's Theory of Achievement Motivation: First Step toward a Theory of Academic Motivation?», American Educational Research Association, 1971. // Powelson, Cynthia L.; Ryan, Richard M.: «Autonomy and Relatedness as Fundamental to Motivation and Education», Journal of Experimental Education, Vol. 60, 1991.

en otros contextos de actuación, y en saber generar nuevos apalancamientos cimentados en «nichos y redes relacionales».

En la figura 2.3 se esquematiza el proceso de interacción entre las estructuras actitudinales y la motivación, el flujo dinámico cognitivo y los factores socio-culturales, el empoderamiento cognitivo y la productividad y competitividad en los entornos globales.

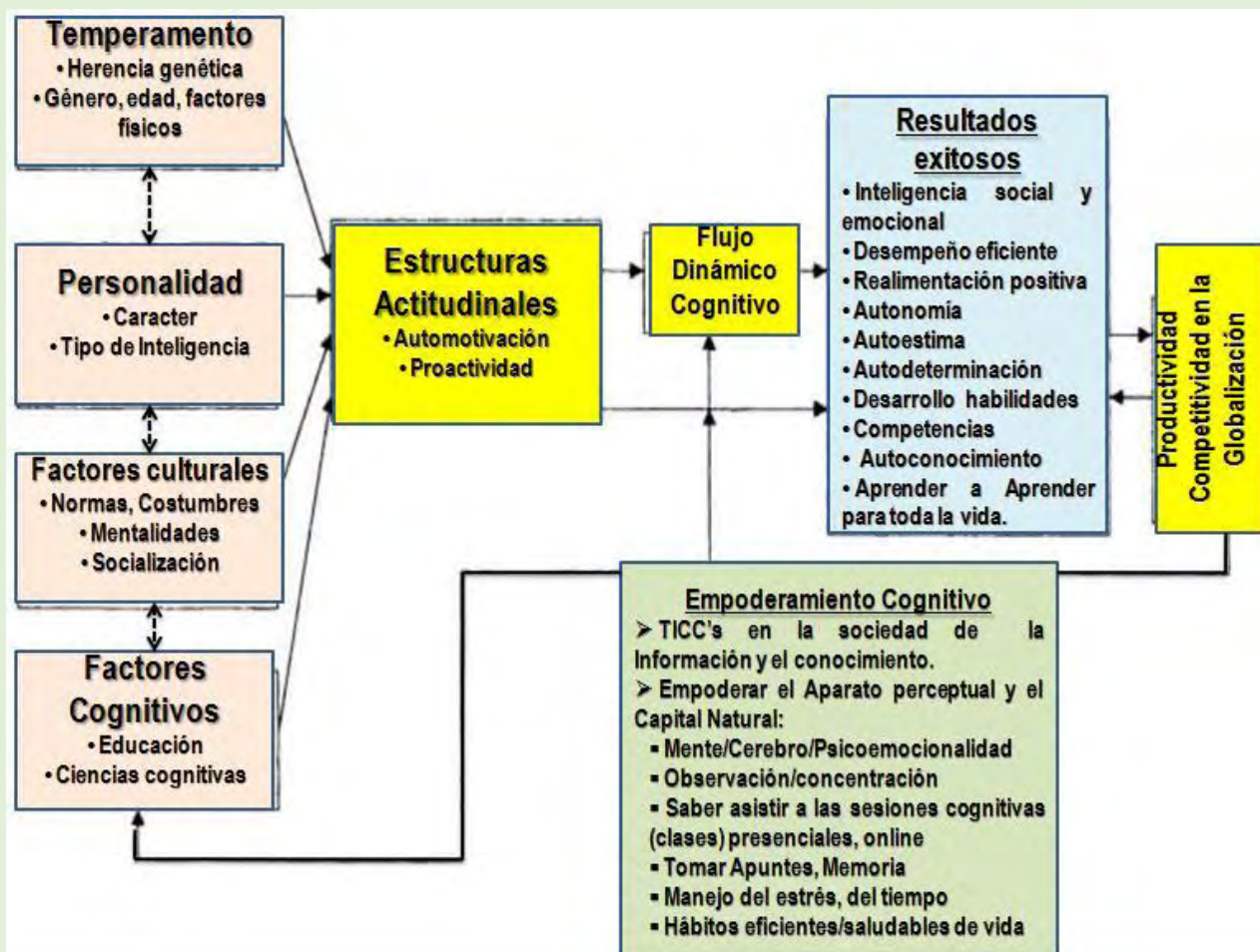


Figura 2.3 Interrelación entre los diferentes factores que influyen en la productividad y competitividad en los entornos globalizados (elaboración propia).

Los factores genéticos (vía el temperamento, los talentos y los aspectos bio-físicos), los factores de personalidad, los factores socio-culturales y cognitivos, influyen en las estructuras actitudinales, que – a su vez- determinan el flujo dinámico cognitivo, basamento de los resultados exitosos, propulsores de la productividad y la competitividad en los entornos globalizados. El empoderamiento cognitivo dinamiza y retroalimenta todo el ciclo<sup>216</sup>.

La categoría correspondiente a los procesos y variantes de la motivación extrínseca configuran –en general- el paradigma estándar, la «*ortodoxia paradigmática*», en los contextos socio-culturales del mundo, es el tipo de mentalidad que los contextos socio-culturales programan a las personas, especialmente a través de los sistemas educativos, la familia y las diversas asociaciones humanas. *Por eso es tan difícil cambiar hábitos, por cuanto dicho proceso de cambio significa dejar las bases sostenedoras de lo que hemos sido para reconfigurar otras estructuras de soporte de la personalidad.*

<sup>216</sup> Capra, Fritjof: «The Turning Point: Science, Society, and the Rising Culture», Bantam, August 1984. // Capra, Fritjof: «The Science of Leonardo: Inside the Mind of the Great Genius of the Renaissance», Anchor, Reprint edition, December 2008. // Laszlo, Ervin: «Science and the Akashic Field: An Integral Theory of Everything», Inner Traditions, Second edition, May 2007.



Sin embargo, es posible para los individuos pasar a los enriquecedores funcionalismos de la motivación intrínseca, la automotivación, empleando las estrategias y las técnicas adecuadas<sup>217</sup>, proceso que –en última instancia- consiste en una transformación de las estructuras internas («/o exterior es lo interior», dijo Emmanuel Kant<sup>218</sup>). Este proceso auto-transformativo, o auto-modificativo, se conoce como la «Auto-modificación Cognitiva Estructural»<sup>219</sup> y en sus aspectos y aplicaciones más avanzadas como la «Revolución de la Consciencia»<sup>220</sup>.

El postulado básico de la «Modificabilidad Estructural Cognitiva» es que la inteligencia no es una estructura estática sino un sistema dinámico, abierto que puede continuar su desarrollo y enriquecimiento durante toda la vida<sup>221</sup>, como han venido a demostrar las ciencias cognitivas, especialmente con la Programación Neuro-Lingüística y la Neuro-Plasticidad, dentro de los complejos y a la vez maravillosos mecanismos de la adaptabilidad humana. De aquí han surgido las diversas variantes de los enfoques y técnicas del «Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo» que están liderando profundos cambios en los enfoques de enseñanza/aprendizaje en todo el mundo<sup>222</sup>.

Por su parte, la «Revolución de la Consciencia» tiene como postulado básico la auto-transformación del individuo mediante técnicas que se compendian en los «Tres Factores de la Revolución de la Consciencia»<sup>223</sup> (eliminar defectos psicológicos; fabricar los cuerpos superiores existenciales del SER, mediante la sabia transmutación de las energías vitales y sexuales; el sacrificio desinteresado por la humanidad, llevando a la práctica la auténtica Doctrina de Jesús El Cristo Vivo) que permiten al individuo convertir el «subconsciente en consciente», recuperando –de paso- los sentidos y capacidades internas y logrando una transformación total en todos los órdenes: cognoscitivo, socio-cultural, psicoemocional, mental, volitivo, material y financiero, conscientivo, y espiritual.

Cuando en un conglomerado social, la mayoría de los individuos logran dicha auto-transformación, entonces deviene –como consecuencia lógica- una convivencia armoniosa, paradisíaca.

Las técnicas que permiten y guían -en el diario vivir – hacer efectiva dicha auto-transformación, esa «Re-estructuración Cognitiva/Conscientiva», se inician con los procesos de la auto-observación psicológica y la transformación de impresiones, la transmutación de energías, y el servicio desinteresado por los demás, como ejes nucleares para replantear nuestro Proyecto Creativo de Vida (PCV) y todo el proceso auto-transformativo.

La aplicación tesonera y autodisciplinada de dichas técnicas permiten lograr en la cotidianidad cambios progresivos en las estructuras internas, que a su vez se reflejan en las formas de pensar, de sentir de comportarse. Todo ello lleva a una auténtica realización del carácter y una profunda «Revolución cognitiva/Conscientiva», mediante la cual los individuos transforman su vida, su entorno, su destino, reemplazando hábitos nocivos e ineficientes por hábitos saludables de vida y hábitos de accionar eficiente.

<sup>217</sup> Capra, Fritjof: «The Hidden Connections: A Science for Sustainable Living», Anchor, January 2004. // Heckhausen, Jutta (editor): «Motivational psychology of human development», Advances in Psychology, Volume 31, September 2000. // White, R.: «Motivation reconsidered: The concept of Competence», Psychological Review, Volume 66, pages 297-333, 1959.

<sup>218</sup> Kant, Immanuel: «Critique Of Pure Reason», Unified Edition (with all variants from the 1781 and 1787 editions), Hackett Publishing Company, 1996. // Grier, Michelle: «Kant's Doctrine of Transcendental Illusion/Transcendental Dialectic», Cambridge University Press, 2004.

<sup>219</sup> Feuerstein, R.; et al.: «The Dynamic Assessment of Cognitive Modifiability: the learning propensity assessment device: theory, instruments and techniques», Jerusalem: The ICELP Press, 2002. // Dawes, Graham: «Getting the brain into gear: Reuven Feuerstein and structural cognitive modifiability», Development and Learning in Organizations, Volume 20 Number 3, pages 18-20, 2006. // Feuerstein, R.; et al.: «Creating and Enhancing Cognitive Modifiability: Feuerstein's Instrumental Enrichment Program», Jerusalem: The ICELP Press (International Center for the Enhancement of Learning Potential), 2004.

<sup>220</sup> Aun Weor, Samael: «Tratado de Psicología Revolucionaria», «Revolución de la Dialéctica», <http://sawzone.org> (descarga libre en formato PDF, Julio 2009).

<sup>221</sup> Feuerstein, Reuven: «Instrumental enrichment, an intervention program for the cognitive modifiability», University Park Press, Baltimore (USA), 1980. // Feuerstein, Reuven: «The Development of the Potential of Learning», Revista Electrónica de Investigación Educativa, Volumen 4, No.2, páginas 132-147, 2002. // Feuerstein, Reuven: «Theory of Structural Cognitive Modifiability: Mediated Learning, Instrumental Enrichment, Learning Potential Assessment Device, Making of the Individual: Learning How to Learn», New Horizons for Learning, 1997, <http://www.newhorizons.org> (Julio 2009).

<sup>222</sup> ICELP: «The International Center for the Enhancement of Learning Potential», <http://www.icepo.org> (Julio 2009).

<sup>223</sup> Aun Weor, Samael: «La Gran Rebelión», «Didáctica del Auto-Conocimiento», «La Piedra Filosófica, o El Secreto de los Alquimistas», «El Misterio del Áureo Florecer», en <http://sawzone.org> (Julio 2009).

Todo este proceso implica un *esfuerzo intencional*, sistemático en el tiempo y en el espacio, aplicando los principios, las filosofías, las técnicas y las prácticas adecuadas, por cuanto de lo que se trata es de reconfigurar las trayectorias neuronales, de cambiar hábitos, que –en última instancia- expresan en la cotidianeidad todo lo que somos, lo que pensamos, lo que sentimos, las formas de comportarnos, las reacciones automáticas ante los estímulos y cambios del entorno dentro del cual nos movemos en el día a día.

En los individuos más avanzados, dicho *esfuerzo intencional* está guiado, controlado y gestionado maravillosa e inteligentemente por las *Partes Superiores del SER*, de la Consciencia Humana y Divina, conformando los atributos de la ESENCIA – DIOS en nosotros - o fracción del Alma Humana que late en las profundidades de nuestras psiquis, y que se expresa como PODER, FUERZA e INTELIGENCIA residente en el entrecejo, relacionado con las glándulas pituitarias y pineal (con el chacra de La Sabiduría, o del Tercer Ojo, y con el chacra de Laodicea, o chacra coronario o del loto de los mil pétalos, en la parte superior del cerebro); esa fuerza y vibración divinas también reside en el corazón (chacra cardíaco) y se expresa como AMOR<sup>224</sup>, altruismo, filantropía, espíritu solidario del más alto nivel.



Esta es una versión artística del “chakra del loto de los Mil Pétalos”, altamente desarrollado en los individuos de Consciencia despierta<sup>225</sup>, vinculado con sentidos internos de la polividencia y la omniscencia.

Normalmente, en la cultura occidental, en los sistemas educativos y en los demás contextos socio-culturales, se carece de la sensibilización, de la información y de las prácticas que permitan a los individuos desarrollar sus potencialidades internas, sus sentidos de percepción interna, lograr el «*Despertar de su Consciencia Divina*».

Dicho paradigma occidental tampoco funciona con la multidimensionalidad del *Capital Natural* (el cuerpo físico, los demás cuerpos energéticos sutiles, con sus respectivas capacidades) y sus maravillosos y complejos procesos de interdimensionalidad, es decir interacciones entre las diferencias dimensiones energéticas (el cuerpo físico interactúa con el cuerpo vital o bioenergético<sup>226</sup>, la mente y la emoción interactúan con el cuerpo físico, la voluntad interactúa con lo físico y lo emocional y lo mental, la consciencia comanda y regula todos los demás funcionalismos energéticos); lo más aceptado –para la cultura occidental- es el cuerpo físico, celular, y sus procesos, interactuando con la mente, e influido por las emociones.

Sin embargo, en las culturas orientales, especialmente en la indú y la china, se sabe -desde siglos antes de la era cristiana- sobre la multidimensionalidad del *Capital Natural* de cómo interactuar armoniosamente con todos los demás campos energéticos –además del cuerpo físico/químico, celular, tridimensional- mediante ciertas técnicas que incluyen la magia elemental de la naturaleza (herbolaria), la bioenergética, el yoga, otros tratamientos de medicina ancestral, etc. Precisamente, una de las megatendencias de fondo es la unión sinérgica de oriente y occidente. .... En Shangai se está dando una simbiosis sinérgica entre oriente y occidente ....

<sup>224</sup> Aun Weor, Samael: «El Matrimonio Perfecto, capítulos 1,2,3 y 7», «Autoconocimiento», en <http://sawzone.org> (Agosto 2009). // Oreon & Arianni: «Awaken To Oneness: Spiritual 'Incension' Techniques», Entelechea Press (USA), 2002. // Euser, Martin: «Science and spirituality in the new millennium: A research into integrative philosophy», Free ebook, first edition, 2006. // Boehme, Jacob: «The High and Deep Searching Out of The Threefold Life of Man, through or according to The Three Principles», C.J. Baker Publisher, 31 March 1909/Electronic Text Edition 2009.

<sup>225</sup> Leadbeater, C.W.: «The Chakras», Biblioteca Virtual Upasika, 2009, <http://www.upasika.tk>. // Shardom, Shaila; Baginski, Bodo J.: «El Gran Libro de los Chakras: Conocimiento y técnicas para despertar la Energía Interior», 2008.

<sup>226</sup> Euser, Martin: «Science and spirituality in the new millennium», 2007. // Sri Swami Sivananda: «Mind – Its Mysteries and Control», The Divine Life Trust Society, 1998, <http://www.rsl.ukans.edu/~pkanagar/divine/>. // Chaturvedi, R.P.: «How to Add New Dimensions to Your Personality», Upkar Prakashan Publishers, New Delhi, India, 2002, [www.upkarprakashan.com](http://www.upkarprakashan.com). // Dispenza, Joe: «Evolve Your Brain: The Science of Changing Your Mind», Health Communications, Inc., 2207.

## Los hábitos como trayectorias neuronales

Este texto de Heisenberg es de por sí bastante elocuente. Y es que la **transformación del individuo por sí mismo**, la auto-transformación, esa auto-modificación estructural

cognitiva/consciente, es posible desde la propia realidad física-densa tridimensional, en sus diferentes escenarios que en su conjunto comprenden el «gimnasio psicológico» de la vida práctica, de la cotidianeidad.

«... en la historia de la humanidad y del pensamiento humano, los desarrollos más fructíferos se originan frecuentemente en los puntos de confluencia de varias corrientes de pensamiento. Dichas corrientes pueden tener sus raíces en contextos bien diferentes de las culturas humanas, en diferentes tiempos, o en diferentes geografías, o en diferentes tradiciones filosófico-místico-religiosas: se da –entonces- una enriquecedora interacción de la cual surgen nuevas e interesantes ideas, descubrimientos, desarrollos e invenciones» -- Werner Heisenberg.

El punto de inicio, el punto básico de apalancamiento en el proceso auto-transformativo, es el de la **transformación de las impresiones**, que son las representaciones internas del mundo exterior y son las que –en su conjunto- conforman nuestro mundo interior, todas nuestras estructuras internas<sup>227</sup>.

Y las filosofías y técnicas específicas para estos procesos se han configurado en el último siglo, especialmente desde mediados del siglo XX, a partir de la amalgama sinérgica de diferentes corrientes filosóficas de pensamiento, de prácticas y de enfoque científicos<sup>228</sup>. Particularmente, las megatendencias de fondo están configurando unas nuevas estructuras paradigmáticas del mestizaje creativo entre la cultura oriental y la occidental<sup>229</sup>.

En última instancia, conocemos el mundo, la realidad (objetos, fenómenos, eventos, personas, significados, valores) a través de las impresiones que nos hemos formado, mediante las sensaciones procesadas por los sentidos de percepción externa y algunos «chispazos» de los sentidos de percepción interna como la intuición («corazonadas»), dentro el largo proceso de socialización y culturización de la formación como personas, aunado a las experiencias y demás procesos cognoscitivos que reperfilan y enriquecen nuestra herencia genética como especie.

Las impresiones se organizan y conforman *estructuras cognoscitivas* que los funcionalismos de la mente procesan a través del cerebro por medio de vías o trayectorias neuronales, que representan nuestras formas de pensar, sentir y reaccionar ante el mundo. Particularmente, todos nuestros hábitos –definidores de todo lo que somos, pensamos, sentimos y hacemos- están representados como vías o trayectorias neuronales, bajo el comando del trinomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad, que a su vez está bajo el control maestro del alma, la consciencia y el espíritu<sup>230</sup>. También aspectos más abstractos como la filantropía y el altruismo; el sentido de la equidad, de la lealtad, de la ética y de la justicia; la libertad y la confraternidad; lo místico-trascendente y filosófico; la espiritualidad y el alinearse con los más altos valores del espíritu humano.

Los hábitos –representados como trayectorias neuronales- determinan nuestro éxito en las actividades diarias y en nuestras diversas redes y nichos de relaciones; la salud del corazón y los niveles de colesterol, al condicionar nuestras estrategias de nutrición, condicionando también la esbeltez de nuestra figura física, y a mantener a raya el síndrome de obesidad, pues son hábitos

<sup>227</sup> Dickinson, Dee (editor): «Reuven Feuerstein: Creating the Future, Perspectives on Educational Change», New Horizons for Learning, 1991, <http://www.newhorizons.org> (Julio 2009).

<sup>228</sup> Heisenberg, Werner: «Physics and Philosophy: The Revolution in Modern Science», Harper Perennial Modern Classics, May 2007. // Capra, Fritjof: «The Web of Life: A New Scientific Understanding of Living Systems», Anchor, September 1997. // Laszlo, Ervin: «The Systems View of the World: A Holistic Vision for Our Time (Advances in Systems Theory, Complexity, and the Human Sciences)», Hampton Press (NJ), Second edition, June 1996. // Zukav, Gary «Dancing Wu Li Masters: An Overview of the New Physics», HarperOne, July 2001.

<sup>229</sup> Capra, Fritjof: «The Turning Point: Science, Society, and the Rising Culture», Bantam, August 1984. // Talbot, Michael: «The Holographic Universe», Harper Perennial, First edition, May 1992. // Wheatley, Margaret J.: «Leadership and the New Science: Discovering Order in a Chaotic World», Berrett-Koehler Publishers, 3rd edition, September 2006.

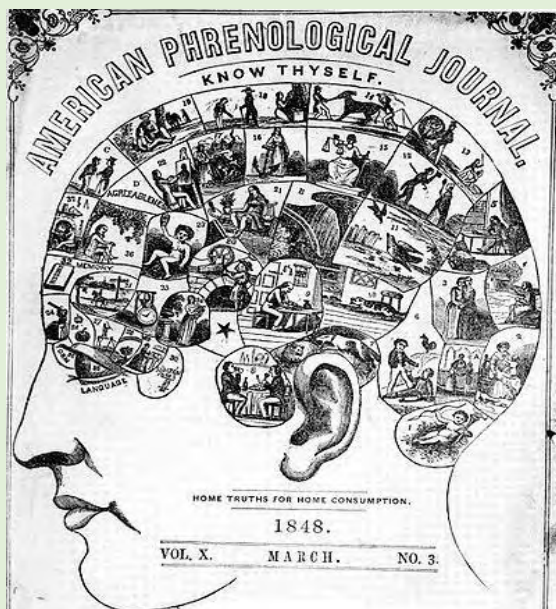
<sup>230</sup> Aun Weor, Samael: «El Matrimonio Perfecto, Cap. 7 – “Los Siete Chacras”», en <http://sawzone.org> (libre descarga en formato PDF, Julio 2009).



saludables de vida los que nos llevan a realizar ejercicio físico con frecuencia, o –simplemente- a estar esclavizados por el sedentarismo y el consumismo más abyectos.

Los hábitos también determinan el alto o bajo nivel de motivación, de actitud positiva y de auto-estima; aumentan o disminuyen la fortaleza del sistema de defensas orgánicas, o sistema inmunológico, aumentando o reduciendo los riesgos de enfermedades, pues el hábito de estar malhumorado, de «*mal genio*», con el ceño fruncido, genera mucho más gasto energético y psicoemocional, catapultando los altos niveles de estrés nocivo, ya que al estar de mal humor se activan unos 72 músculos en el rostro, en tanto que el buen humor, la risa, la alegría genuina, sólo utiliza unos 14 músculos faciales (cinco veces menos de gasto energético) y genera endorfinas que estimulan el sistema inmunológico y ejercen un efecto restaurador en toda la trama de redes neuronales; reducen o aumentan el nivel de energía con el cual afrontamos cada día, y por ende, el nivel de estrés.

Igualmente, los hábitos definen nuestros patrones de sueño, el estado de salud de los dientes y las encías, las expectativas de vida saludable y la longevidad, los niveles de presión arterial y los estados de eutimia interior<sup>231</sup>. Con sobrado razón dijo Aristóteles: «*la excelencia no es una decisión; la excelencia es un hábito*» y que «*adquirir desde jóvenes hábitos de excelencia tiene una importancia absoluta*»<sup>232</sup>.



Ya desde mediados del siglo XIX la Sociedad Americana de Frenología, en USA, en su publicación escrita, expresaba en forma gráfica la correspondencia de ciertas actividades y comportamientos con determinadas áreas del cerebro.

Como bien lo están demostrando las ciencias cognitivas (en total unas 57 disciplinas)<sup>233</sup>, cada comportamiento de los individuos tiene sus correspondientes trayectorias neuronales, trátase ya de la actividad física, o de los comportamientos en los diferentes contextos socio-culturales, o de las actitudes ante tal o cual tema, o el cúmulo de emociones que se disparan ante los diversos eventos de la cotidianidad, o simplemente de la evocación de experiencias, o de la actuación en los diferentes «*nichos y redes sociales*»<sup>234</sup> en los cuales el individuo cimenta sus contextos de interacción socio-cultural (amistad, enamoramiento, estudio, trabajo, diversión, etc.), o de los estilos y estrategias de

estudio/aprendizaje<sup>235</sup>.

<sup>231</sup> Hebb, Donald: «*Organization of behavior*», Lawrence Erlbaum, New edition, June 2002. // Schwartz, Theodore (editor): «*Socialization as Cultural Communication: Development of a Theme in the Work of Margaret Mead*», Berkeley: University of California Press, 1980.

<sup>232</sup> Aristóteles de Estagira: «*Ética a Nicómaco*», El Ateneo, 2001. // Ledoux, Joseph: «*Synaptic Self: How Our Brains Become Who We Are*», Penguin (Non-Classics), January 2003. // Izhikevich, Eugene M.: «*Dynamical Systems in Neuroscience: The Geometry of Excitability and Bursting (Computational Neuroscience)*», The MIT Press; 1 edition, November 2006. // Biderman, Albert D.; Zimmer, Herbert (editors): «*The Manipulation of Human Behavior*», John Wiley & Sons, Inc., New York, 1961.

<sup>233</sup> Wilson, Robert A.; Keil, Frank C. (editors): «*The MIT Encyclopedia of Cognitive Sciences*», MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 1999. // Gazzaniga, Michael S. (editor): «*The New Cognitive NeuroSciences*», Second edition, MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 2000. // Harré, Rom: «*Cognitive Science: A Philosophical Introduction*», First edition, Sage Publications, 2002.

<sup>234</sup> Cassidy, Jude; Shaver, Phillip R.: «*Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*», Second edition, The Guilford Press, August 2008. // Choy, William K. W.; Lee, Adeline B. E.; Ramburuth, Prem: «*Does socialization in schools matter? Differences in value priorities between managers, professionals and executives in a Singaporean firm*», Asia Pacific Education Review, Vol. 8, No. 1, 129-141, 2007. // Feldman, Daniel Charles: «*The Role of Initiation Activities in Socialization*», Human Relations, Vol. 30, No. 11, pages 977-990, 1977. // Romm-Livemore, Celia; Setzekorn, Kristina: «*Social Networking Communities and E-Dating Services: Concepts and Implications*», Information Science Reference/IGI Global, Hershey, New York (USA), 2009.

<sup>235</sup> Pinker, Steven: «*How the Mind Works*», MIT Press, 1997. // Abbott, Alison: «*Neuroscience: While you were sleeping*», Nature Magazine, Volume 437, pages 1220-1222, 27 October 2005. // Clark, Andy: «*Mindware: An Introduction to the Philosophy of Cognitive Science*», Oxford University Press, New York (USA), 2001.

Transformar los hábitos implica recoger valiosos frutos, tales como:

- ♦ Eliminar miedos, temores y bloqueos, y sobreponerse a psicoemocionalidades negativas;
- ♦ Desarrollar una forma de ser carismática y magnética, disfrutando de más energía y vitalidad, y cómo ser más optimistas y atraer "*buenas vibraciones*";
- ♦ Encontrar solución a problemas físicos, y a otros tipos de problemas (de relaciones, de gestión, de aprendizaje, de liderazgo);
- ♦ Estimular la capacidad de autocuración, logrando dormir plácidamente y hacer desaparecer la ansiedad;
- ♦ Estar felices y contentos la mayoría del tiempo, hallando el significado de la propia vida y vivir plenamente de acuerdo a ese significado, y como consecuencia tratar adecuadamente a las personas difíciles y ser capaces de transformarlas;
- ♦ Rejuvenecer mente y cuerpo, disminuyendo los efectos nocivos de la existencia mecanicista.

Incluso, aspectos como los procesos cognoscitivos sociales y el comportamiento abstracto-cultural/simbólico de las personas tienen sus equivalentes sustratos físicos de trayectorias neuronales, según las recientes investigaciones de la neurociencia cognitiva moral, y disciplinas relacionadas, apoyada en técnicas como la resonancia magnética de las funciones cognitivas y la evidencia clínica. Estos hallazgos apuntan a que:



(1º) - En forma consistente, numerosas redes neuronales, involucrando diversas regiones del cerebro humano, soportan físicamente los funcionalismos de los procesos cognoscitivos de la ética, la moral y la consciencia humanas.

(2º) - Se inducen novísimas interpretaciones de las diferentes categorías de la disfuncionalidad en el comportamiento social, especialmente en las personas con disfunciones cerebrales, y también nuevos enfoques que nos dan más luz en el entendimiento de las

complejas redes de relaciones entre el individuo, la sociedad, la cultura, la ciencia y la tecnología, y sus aplicaciones retroalimentadoras de todos estos procesos<sup>236</sup>. Y cuyos elementos constitutivos incluyen: lo simbólico-cultural; las redes socio-cognoscitivas dependientes de las estructuras altamente abstractas y complejas de la información y el conocimiento; la semántica y las asociaciones significadoras avanzadas del conocimiento compartido<sup>237</sup>; las estructuras y factores motivacionales y actitudinales; y las estructuras volitivas, morales y conscientivas humanas<sup>238</sup> en total sintonía con la dinámica avanzada de la revolución cognitiva/conscientiva que trasciende los simples procesos mecanicistas.

(3º) - Identificar y caracterizar los mecanismos y procesos de la cognición moral humana apenas sí ha emergido como un campo dentro de las disciplinas de las ciencias cognitivas, siendo –de por sí– una labor en extremo difícil y compleja<sup>239</sup>. Esto se debe, en parte, a que la cognición moral humana involucra –desde el punto de vista neurocerebral– múltiples subprocesos dinámicos de

<sup>236</sup> Von Bertalanfy, Ludwig: «General System Theory: Foundations, Development, Applications», Publisher: George Braziller, Revised edition, March 1976. // Clark, Andy: «Mindware: An Introduction to the Philosophy of Cognitive Science», Oxford University Press, New York (USA), 2001. // Harlow, R. E.; Cantor, N.: «Social pursuit of academics: Side effects and spillover of strategic reassurance seeking», Journal of Personality and Social Psychology, Volume 66, pages 386-397, 1994. // Cohen, J.; Stewart, I.: «The Collapse of Chaos: Discovering Simplicity in a Complex World», Penguin, Ringwood, 1995.

<sup>237</sup> Bowlby, John: «Attachment Theory Across Generations», Giant series, 2007. // Weigmann, Katrin: «Who we are», EMBO reports, Volume 6, pages 911-913, 30 September 2005. // Owen, H.: «The Millennium Organization», Abbott Publishing, Potomac, MD, 1994.

<sup>238</sup> Moll, Jorge; Zahn, Roland; de Oliveira-Souza, Ricardo; Krueger, Frank; Grafman, Jordan: «The Neural Basis of Human Moral Cognition», Nature Reviews Neuroscience, Volume 6, pages 799-809, 30 September 2005. // Greene, Joshua: «From neural 'is' to moral 'ought': what are the moral implications of neuroscientific moral psychology?», Nature Review Neuroscience, Volume 4, pages 846-850, 30 September 2003.

<sup>239</sup> Casebeer, William D.: «Moral cognition and its neural constituents», Nature Reviews Neuroscience, Volume 4, pages 840-847, 30 September 2003. // Nichols, M. James; Newsome, William T.: «The Neurobiology of Cognition», Nature, Volume 4, pages 35-38, May 2003.



trayectorias neuronales, altamente distribuidos por todo el cerebro; además, implica activación de diversas capas neuronales con abundantes y complejas interacciones; y –como si fuera poco- los procesos cognitivos morales están estrechamente relacionados con los funcionalismos mentales, de procesamiento abstracto-simbólico, volitivos y conscientivos.

**(4º) – Las habilidades cognitivas humanas, expresadas como múltiples competencias,** son extremadamente complejas tanto desde los funcionalismos de la praxis cotidiana como en la definición misma de las características típicamente humanas<sup>240</sup>.

El entendimiento en detalle de estas habilidades está permitiendo el avance en los principios y en las técnicas del *Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo* de las personas<sup>241</sup>. Desde el contexto de las ciencias neurocognitivas, hay una creciente evidencia con respecto a que la corteza prefrontal lateral – y otras áreas del cerebro- soportan las trayectorias neuronales mediante las cuales se expresan los comportamientos inteligentes.



Las variaciones en las cantidades y calidades de los diferentes tipos de inteligencia que exhiben los individuos, y las estructuras cerebrales, son factores heredados genéticamente, pero son influenciadas por otros factores como la educación, el contexto socio-cultural y las amenazas ambientales.

**(5º) – Los procesos de toma de decisiones en los grupos sociales** implican que –en primer lugar- se ponen en marcha rutinas automáticas de re-enfoque del comportamiento en respuesta a cambios detectados en el entorno físico y socio-cultural<sup>242</sup>, implicando también las estructuras internas de lo abstracto-simbólico; por lo cual, los resultados y las dinámicas de las decisiones dependientes del comportamiento de múltiples actores decisionales son en extremo difíciles de predecir y requieren sistemas estratégicos altamente adaptativos para la toma de decisiones.

Por otra parte, las personas que toman decisiones están inmersas en «*nichos y redes relacionales*» hacia los cuales manifiestan variados grados de preferencias e influyen en sus decisiones, afectando todas sus estructuras, estilos y estrategias actitudinales, de comportamiento socio-cultural, cognitivas, y de confort contextual hacia mismas y hacia los demás.

Muchos estudios de neurobiología han especificado las bases neuronales de la toma de decisiones y sugieren que los factores socio-culturales de la toma de decisiones se reflejan en regiones cerebrales involucradas en las dinámicas evaluativas de las compensaciones y gratificaciones, y en los procesos dinámicos de retroalimentación y refuerzo del aprendizaje.

A su vez, las investigaciones de genética molecular han identificado y caracterizado los mecanismos genéticos de los rasgos personales, de las estrategias y estilos individuales facilitadores de los procesos cognoscitivos que refuerzan el aprendizaje y los complejos procesos de la toma de decisiones en los grupos humanos, suministrando –así- las bases neurobiológicas de los comportamientos sociales<sup>243</sup>. En la figura 2.5 se esquematizan algunas

<sup>240</sup> Gray, Jeremy R.; Thompson, Paul M.: «*Neurobiology of Intelligence: Science and Ethics*», Nature Reviews Neuroscience, Volume 5, pages 471-482, 31 May 2004. // Houdé, Olivier; Tzourio-Mazoyer, Nathalie: «*Neural foundations of logical and mathematical cognition*», Nature Reviews Neuroscience, Volume 4, pages 507-514, 31 May 2003.

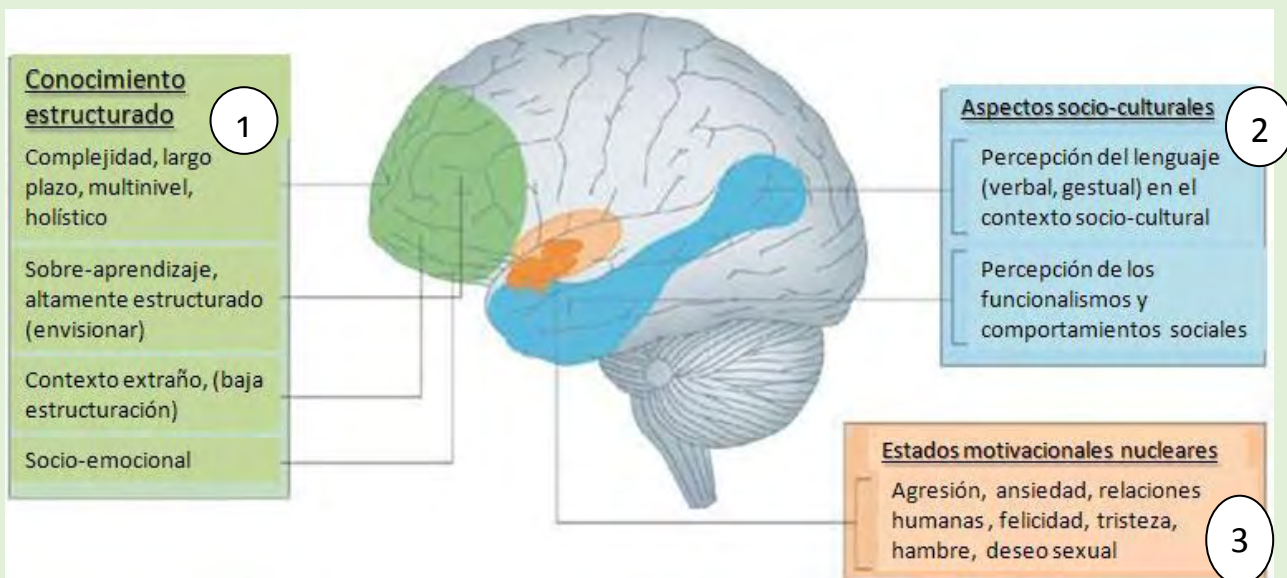
<sup>241</sup> Segal, Judith W.; Chipman, Susan F.; Glaser, Robert: «*Thinking and Learning Skills: Relating Instruction to Research*», Vol. 1, Lawrence Erlbaum Associates, 1985. // Zayas, V.; Shoda, Y.; Ayduk, O. N.: «*Personality in context: An interpersonal systems perspective*», Journal of Personality, Volume 70, pages 851-898, 2002.

<sup>242</sup> Lee, Daeyeol: «*Game Theory and neural basis of social decision making*», Nature Neuroscience, Volume 11, pages 404-409, 25 March 2008. // Zayas, V.; Shoda, Y.: «*Do automatic reactions elicited by thoughts of romantic partner, mother, and self relate to adult romantic attachment?*», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 31, pages 1011-1025, 2005.

<sup>243</sup> Gavetti, Giovanni; Rivkin, Jan W.: «*How the Strategists Really Think: Tapping the Power of Analogy*», Harvard Business Review, page 53-63, April 2005. // Zayas, V.; Shoda, Y.: «*Predicting preferences for dating partners from past experiences of psychological abuse: Identifying the 'psychological ingredients' of*

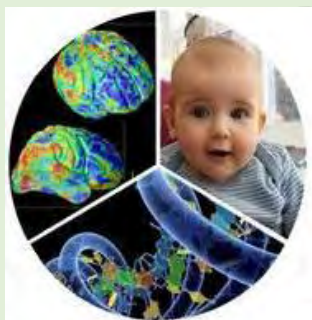


regiones cerebrales que intervienen en ciertos estados y comportamientos personales dentro de los contextos socio-culturales.



**Figura 2.5** Algunas zonas cerebrales relacionadas con comportamientos cognitivos y socio-culturales (fuente: Cognitive and Behavioral Neuroscience Unit, en Nature, Octubre 2005).

Con referencia a la figura 2.5, los factores relacionados con la estructuración de los conocimientos y las competencias socio-emocionales están altamente imbricados en la corteza prefrontal, en la cual también se cimentan las capacidades de envisonar y planear (1). Los complejos procesos de la interacción socio-cultural implican la activación de varias capas o niveles neuronales, involucrando varias zonas físicas del cerebro (2). Ciertos estados psicoemocionales básicos están estrechamente relacionados, en sus rutas neuronales, con los complejísimos funcionalismos de la base cerebral, involucrando la amígdala, la hipófisis (o pituitaria), la glándula pineal, el pons y la médula oblongada (parte superior de la columna cerebro-espinal) (3).



(6º) – Es un lugar común decir que los humanos somos una especie intensamente social, arguyéndose que muestra naturaleza social –nuestro gregarismo– nos define como especie, es la base de nuestra consciencia colectiva y nos ha dado nuestros grandes y complejos cerebros, dentro del largo proceso evolutivo<sup>244</sup>. Algunas disciplinas, dentro de las ciencias cognitivas, como la *disciplina del cerebro social*, han demostrado las bases neuronales del comportamiento psicoemocional y social, generando –a su vez– un ingente volumen de datos e informaciones sobre las intrincadas, complejas y eficientemente sinérgicas interrelaciones entre el trínomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad y los comportamientos socio-culturales de los individuos.

**La Disciplina del Cerebro Social**

Se han descubierto –así– nuevos enlaces entre lo psicoemocional y lo racional, entre las acciones y los comportamientos y las percepciones, entre las representaciones de los entornos

*situations*», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 33, pages 123-138, 2007. // **Cauler** L.J.: «The NeuroInteractive Paradigm: Dynamical mechanics and the emergence of higher cortical function», In: «Computational Models for Neuroscience: Human Cortical Information Processing», Robert Hecht-Nielsen and Tom McKenna (eds.), Springer-Verlag, 2002.

<sup>244</sup> **Adolphs**, Ralph: «Cognitive Neuroscience of Human Social Behaviour», Nature Reviews Neuroscience, Volume 4, pages 165-178, 28 February 2003. // **Cauler**, L.J.; **Boulos**, Z.; **Goddard**, G.V.: «Circadian rhythms in hippocampal responsiveness to perforant path stimulation and their relation to behavioral state», Brain Research, Volume 329, pages 117-130, 1985. // **Cauler** L.J.: «The NeuroInteractive Paradigm: Dynamical mechanics and the emergence of higher cortical function», In: «Computational Models for Neuroscience: Human Cortical Information Processing», Robert Hecht-Nielsen and Tom McKenna (eds.), Springer-Verlag, 2002.

físico y socio-cultural, entre las representaciones que tenemos de otras personas y de nosotros mismos<sup>245</sup>. Todas estas investigaciones, todos estos descubrimientos, están generando amplias y fructíferas «*redes cognitivas*» interesadas en entender cabalmente los múltiples matices del comportamiento social humano. Dichas redes incluyen grupos interdisciplinarios representando disciplinas tan dísimiles como la neurociencia, la psicología social, la antropología, las disciplinas computacionales, las ciencias físicas y de ingeniería, las ciencias naturales y biológicas, la filosofía y el misticismo, las matemáticas y la astrofísica.

**(7º) – El Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo** está emergiendo como un conjunto de principios y de técnicas, con un sólido sustrato en las *Ciencias Cognitivas*, y en la interacción sinérgica entre las filosofías y praxis de oriente y occidente, que permite y facilita a los individuos el ampliar, profundizar, potenciar y aplicar eficientemente sus talentos naturales, y también el adquirir y aplicar nuevas destrezas<sup>246</sup> y en lograr el despertar de la consciencia legítimamente humana.

Nuestro creciente conjunto de competencias para mejorar el trinomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad y también la consciencia humana, aplicado a los procesos de estudio/aprendizaje y a lo laboral, está logrando que se empoderen las habilidades mentales, cognoscitivas en general, tanto en individuos normales como en aquellas personas afectadas por alguna discapacidad. Este enfoque implica no sólo los aspectos técnicos en sí, sino también lo relacionado con la bondad y efectividad de tales procesos, con la ética y lo moralmente aceptable en los contextos socio-culturales<sup>247</sup>.

**(8º) – Los procesos cognoscitivos, psicoemocionales, implicados en el humor**, el hedonismo, las actividades de entretenimiento, todas las estrategias y prácticas lúdicas, también se incluyen en los atributos nucleares que nos caracterizan como especie humana<sup>248</sup>. En diferentes estudios de las disciplinas cognitivas, y gracias a técnicas como la resonancia magnética y la neuroimagen, se ha descubierto que en las diversas redes corticales que permiten expresar las experiencias placenteras en el cerebro humano, la corteza orbitofrontal enlaza ciertos tipos de eventos, de alimentos y de recompensas con las experiencias gratificantes. La corteza orbitofrontal también interviene en los procesos cognoscitivos de la integración sensorial, en la representación del valor afectivo de los reforzadores, en los procesos de toma de decisiones, y en la gestión de las expectativas.



Dentro de las disciplinas de las ciencias cognitivas, en las pruebas de laboratorio, se emplean múltiples sensores en la cabeza de los sujetos para determinar y visualizar las trayectorias neuronales que se activan ante determinados estímulos, o la aplicación de un determinado esfuerzo cognoscitivo para responder una pregunta, o resolver un test específico, o evocar una experiencia traumática o una experiencia placentera. La figura mostrada ilustra este hecho.<sup>249</sup>

<sup>245</sup> **Rasskin-Gutman**, Diego: «*Chess Metaphors: Artificial Intelligence and the Human Mind*», MIT Press, 2009. // **Nelson**, Charles Alexander; Luciana, Monica (editors): «*Handbook of developmental cognitive Neuroscience*», MIT Press, April 2001.

<sup>246</sup> **Farah**, Martha J.; **Illes**, Judy; **Cook-Deegan**, Robert; **Gardner**, Howard; **Kandel**, Eric; **King**, Patricia; **Parens**, Eric; **Sahakian**, Barbara; **Wolpe**, Paul Root: «*Neurocognitive Enhancement: what can we do and what should we do?*», *Nature Reviews Neuroscience*, Volume 5, pages 421-425, 30 April 2004. // **Posner**, Michael I.; Rothbart, Mary K.: «*Educating Human Brain*», American Psychological Association, Washington, D.C. (USA), 2008. // **Jensen**, Eric: «*Teaching with the Brain in Mind*», Second edition, ASCD: Association for Supervision and Curriculum Development, Alexandria, Virginia (USA), 2005.

<sup>247</sup> **Atkinson**, Janette: «*Gene expression to Neurobiology and Behaviour: Human Brain development and developmental disorders*», ESF: European Science Foundation, August 2009. // **Lieberman**, Matthew D.: «*Intuition: A Social Cognitive Neuroscience Approach*», *Psychological Bulletin*, Volume 126, Number 1, pages 109-137, 2000. // **Miller**, G.A.: «*The magical number seven, plus or minus two: Some limits on our capacity for processing information*», *Psychological Review*, Volume 63, pages 81-97, 1956.

<sup>248</sup> **Kringelbach**, Morten L.: «*The human orbitofrontal cortex: linking reward to hedonic experience*», *Nature Reviews Neuroscience*, Volume 6, pages 691-702, 31 August 2005. // **Kleinfeld**, Klaus: «*Seeing Is Treating*», *Harvard Business Review*, page 47, February 2007. // **Greene**, O. N.; **Durr**, F.L.: «*The Practical Inventor's Handbook*», *Medical Physics*, Volume 8, Issue 2, March 1981.

<sup>249</sup> **Ward**, Jamie: «*The Frog Who Croaked Blue: Synesthesia an the mixing of the senses*», Routledge, First edition, May 2008. // **Van Campen**, Cretien: «*The Hidden Sense: Synesthesia in Art and Science*», The MIT Press, First edition, Nov 2007. // **Ward**, Jamie (editor): «*Cognitive Neuroscience: Major Works*», Routledge, June 2009.

También se utilizan estos experimentos para que los individuos reprogramen sus trayectorias neuronales, en una clara aplicación de las técnicas de Programación Neuro-Lingüística (NLP ≡ Neuro-Linguistic Programming) mediante la cual se logra cambiar hábitos nocivos y mejorar el desempeño individual.

**(9º) – Los enfoques y técnicas para el desarrollo de la creatividad y la innovación en las personas** y en los grupos humanos también se están valiendo del hecho de las trayectorias neuronales



como representaciones complejísticas de las ideas, los conceptos, especialmente los novedosos, los creativos.

Las investigaciones, por ejemplo de la neurociencia computacional<sup>250</sup>, están respondiendo a preguntas de ¿cómo los grupos de neuronas –cientos o miles de millones de ellas- interactúan sinérgicamente para capacitarnos en los procesos dinámicos de ver, imaginar, decidir, conceptualizar, intuir y movernos eficientemente en los contextos abstracto-lógicos/simbólicos? ¿Cuáles son los principios y los mecanismos mediante los cuales los grupos de neuronas representan ideas novedosas, calculan y deciden al respecto?

Todos estos logros están liderando la aplicación de mejores estrategias, enfoques y prácticas específicas para desarrollar la creatividad humana<sup>251</sup>, empoderándose – a su vez- las capacidades asombrosas de la adaptabilidad humana y las habilidades sorprendentes que tenemos como especie para pensar, imaginar innovativamente, desarrollar y aplicar herramientas diversas, y para trabajar en comunidad<sup>252</sup>.

**(10º) – La Inteligencia Emocional y Social** –a la luz de las ciencias cognitivas y la experiencia- han demostrado ser mucho más importantes para lograr el apalancamiento exitoso de la inteligencia cognitiva, o las destrezas intelectuales tradicionales<sup>253</sup>.



En los procesos educacionales se ha de enfatizar –desde la más temprana infancia- las competencias del, aprendizaje efectivo para toda la vida y del empoderamiento personal y profesional, cimentadas en una saludable personalidad exhibidora de las destrezas de la inteligencia emocional y social<sup>254</sup>.

Dichas destrezas incluyen: la asertividad o capacidad de ser autoafirmativo, con actitud positiva; las destrezas del liderazgo como confort psicoemocional, proactividad, empatía en las relaciones interpersonales, capacidad de tomar decisiones del tipo «ganar/ganar», resolución inteligente de conflictos; las habilidades de la autogestión como la autoestima y autoimagen positiva, el compromiso ético, el manejo eficiente del tiempo, el autocuidado y el tesón para persistir en procura de logros establecidos; y habilidades intrapersonales como la autoobservación psicoemocional, la comprensión interior, el manejo inteligente del estrés, la autoexploración y erradicación de zonas erróneas, las competencias para el sabio manejo de las energías vitales y sexuales, la capacidad para realizar

<sup>250</sup> Churchland, O.S.; Sejnowski, T.J.: «The Computational Brain», The MIT Press, 1992. // Foreman, Louis J.; Welytok, Jill Gilbert: «The Independent Inventor's Handbook: The Best Advice from Idea to Payoff», Workman Publishing, August 2009. // Stewart, Thomas A.: «Ideas with Impact», Harvard Business Review, page 14, February 2007.

<sup>251</sup> Thatchenkery, Tojo; Metzker, Carol: «Appreciative Intelligence: Discover the Ability behind Creativity, Leadership, and Success», Barret-Koelher, 2006.

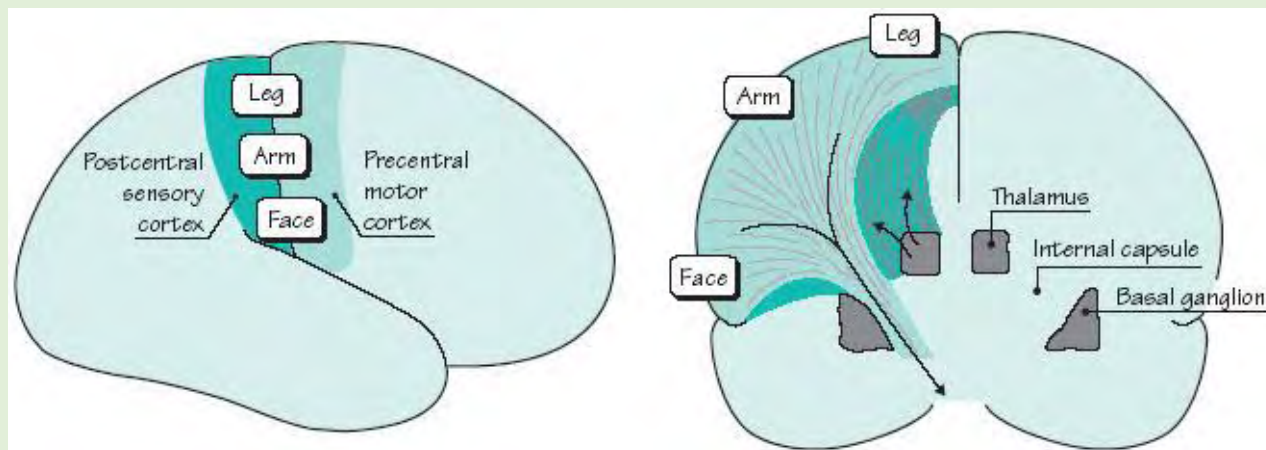
<sup>252</sup> Cacioppo, John T.; Visser, Penny S.; Pickett, Cynthia L. (editors): «Social Neuroscience: People Thinking about Thinking People», The MIT Press, December 2005. // Mildner, Vesna: «The Cognitive Neuroscience of Human Communication», Psychology Press, October 2007.

<sup>253</sup> Kyllonen, Patrick C.; Roberts, Richard D.; Stankov, Lazar (editors): «Extending intelligence: Enhancement and New Constructs», Routledge, October 2007. // Vegas, Emiliana; Petrow, Jenny: «Raising Student Learning in Latin America: The Challenge for the 21st Century», The World Bank, Washington, DC (USA), 2008.

<sup>254</sup> Kaufhold, John A.; Johnson, Lori R.: «The Analysis of the Emotional Intelligence Skills and Potential Problem Areas of Elementary Educators», Education, Volume 125, 2005. // Shivhare, Neha; Sharma, Rama Rani: «Effect of Science of Consciousness on Emotional Intelligence», Deemed University, Agra, India, 2007.



expansiones significativas de la **Consciencia Humana** como base sine que non de una convivencia pacífica y en progreso continuo.



En cada trayectoria neuronal se involucran millones de neuronas que pueden activar varias zonas cerebrales. En esta figura, la corteza sensora y motora, el tálamo, la cápsula interna y el ganglio basal intervienen en los movimientos de brazos, piernas y rostro<sup>255</sup>.

El desarrollo de las competencias relativas a la *Inteligencia Emocional y Social* es un factor imprescindible de un estado saludable de la mente y la psicoemocionalidad, lo cual también repercute en la salud del cuerpo físico, en especial del sistema nervioso, del cerebro y de las sinapsis neuronales<sup>256</sup>. Estos factores permiten mantener todas las redes orgánicas y todas las redes cognitivas en óptimo funcionamiento, sirviendo de base para los desarrollos superiores del espíritu humano<sup>257</sup>.

Las complejas destrezas de la *Inteligencia Emocional y Social* en acción expresan externamente las sutiles y poderosas fuerzas que dirigen y reconfiguran los procesos evolutivos y de adaptación humanos, de manera que aquellos individuos con más destrezas cognitivas/conscientes en el dominio de lo social y lo emocional serán los que posean las mayores posibilidades de sobrevivir exitosamente. Especialmente porque los estados superiores de la *Inteligencia Emocional y Social* están íntimamente imbricados con el desarrollo de la consciencia, lo que provee a los individuos de las fortalezas necesarias y las competencias de alto nivel para aportar al desarrollo superior de la especie humana como especie social<sup>258</sup>.

Los mecanismos implicados en los procesos de la adaptación humana manifiestan tremendas fuerzas naturales que –a su vez– están presentes en todos los algoritmos, rituales, normatividades subyacentes en la tradición y la convivencia, las costumbres y los aforismos, las estructuras y sistemas de ideas y creencias, etc., representando atractores positivos para lograr la cohesión social de los grupos humanos, desde la familia, pasando por los diversos grupos de interés, las ciudades, regiones y países, hasta el concepto más global de humanidad. La cohesión social está íntimamente relacionada con la sublimación de la voluntad de los individuos en pro de la existencia grupal, al parecer por la inteligencia instintiva –dependiente de la dote genética humana– que informa al individuo sobre la conveniencia, eficacia y eficiencia de lograr los objetivos personales si se está en grupo, pues se multiplican y potencian las oportunidades y

<sup>255</sup> Wilkinson, Iain; Lennox, Graham: «Essential Neurology», Fourth edition, Blackwell Publishing, 2005.

<sup>256</sup> Bernet, Michael: «Emotional Health, Emotional Intelligence, and Physical Health», The 68th Annual Meeting of the Eastern Psychological Association (Session: "Emotional Health and Well-Being"), Washington, D.C., 11 April 1997. // Hogarty, Gerard E.; Greenwald, Deborah P.: «Cognitive Enhancement Therapy: The Training Manual», CET Training, Sharpsburg, PA (USA), 2006.

<sup>257</sup> Zull, James E.: «The Art of changing the Brain», Educational Leadership/Teaching for Meaning, Volume 62, Number 1, pages 68-72, September 2004. // Seim, Harold C.; Johnson, O. Guy: «Clinical Preceptors: Tips for Effective Teaching With Minimal Downtime», Fam. Med., Volume 31, Number 8, pages 538-539, 1999.

<sup>258</sup> Baron, Robert J.: «The Cerebral Computer: An Introduction To the Computational Structure of the Human Brain», Lawrence Erlbaum, First edition, May 1987. // Calder, Nigel: «Magic Universe-A Grand Tour Of Modern Science», Oxford University Press, 2003.

puntos de apalancamiento para que el individuo desarrolle sus propias capacidades, exhiba sus propias competencias, haga saber sus peculiares valías, lo que subyacentemente realimenta los mecanismos de adaptabilidad a lo social<sup>259</sup>.

La especie humana –*Homo Sapiens Sapiens*- conocida también como *Homo Faber* u *Homo Habilis*, comparte con muchas otras especies su naturaleza biológica, cuya herencia genética peculiar, reconfigurada continuamente por los exigentes procesos de la selectividad evolutiva, se comporta gregariamente, establece contextos socio-culturales complejos, y en concordancia continuamente está tomando decisiones basadas en valores complejos como lo ético-moral, lo abstracto-simbólico, lo cognitivo-conscientivo, y como consecuencia se adapta dinámicamente a los cambios del entorno físico-social<sup>260</sup>.

En dichos procesos adaptativos intervienen las trayectorias neuronales ya establecidas, las cuales se reconfiguran, y también se desarrollan nuevas vías neuronales; y dichos procesos de adaptación son coordinados por la *Consciencia Humana* (del Latín “*conscientia*” significando “*conocimiento interior*” o “*autoconocimiento*”) a través de juicios de valor, cuyos funcionalismos se manifiestan mediante las estructuras ético-morales<sup>261</sup> dependientes de las condiciones socio-culturales apropiadas para el crecimiento psicoemocional y espiritual, es decir, de un proceso educacional holístico<sup>262</sup>. Un *Proceso Educativo Holístico* está centrado en el desarrollo de las potencialidades humanas, es decir, del crecimiento cognitivo, de la autorrealización, de la espiritualidad (lo trascendente), desarrollando en los individuos diversas competencias al más alto nivel.

En los contextos de las *Tecnologías de la Información, la Comunicación y el Conocimiento* (TICC's) es crucial el desarrollo de competencias relacionadas con la inteligencia social y emocional, y con el empoderamiento cognitivo/conscientivo, pues se le está exigiendo a los individuos mayores niveles y calidades de interacción, y desempeños mayores en lo tecnocognitivo. Estos procesos implican factores como: las mejoras en el desempeño de los usuarios dentro de las redes de teleinformática que soportan los actuales *Sistemas Informatizados de Gestión Organizacional* [SIGOR]; las competencias pertinentes al desempeño eficiente en entornos de naturaleza altamente abstracta/simbólica, intensamente psicoemocionales, basados en complejas estructuras de interacción social, que emplean modelos sensitivos e inteligentes, y altamente adaptables a los contextos socio-culturales de avanzada<sup>263</sup>.



Por otra parte, las investigaciones en ciencias cognitivas han recabado ingente información sobre cómo son los mecanismos que utiliza el trinomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad para representar y gestionar en los lóbulos prefrontales la propia percepción del individuo, el

<sup>259</sup> Montessori, Maria: «*To Educate the Human Potential*», ABC-CLIO Ltd (The Clio Montessori series), May 1989. // Vogeley, K.; Fink, G.R.: «*Neural correlates for first-person perspective*», Trends in Cognitive Sciences, Volume 7, Issue 1, pages 38-42, 2003.

<sup>260</sup> Bowers, C. A.: «*Education, Cultural Myths, and the Ecological Crisis Toward Deep Changes*», Albany, NY: State University of New York Press, 1993. // Frankl, Viktor E.: «*Man's Search for Meaning*», Beacon Press, First edition, June 2006. // Maslow, Abraham H.: «*The Farther Reaches of Human Nature*», Penguin (Non-Classics), October 1993.

<sup>261</sup> Maslow, Abraham H.: «*Toward a Psychology of Being*», 3rd Edition, Wiley, November 1998. // Rogers, Carl: «*A Way of Being*», Mariner Books, First edition, 1980. // Maslow, Abraham H.: «*Religions, Values, and Peak Experiences*», Penguin (Non-Classics), April 1994.

<sup>262</sup> Miller, Ron: «*A brief introduction to holistic education*», Encyclopedia of informal education, <http://www.infed.org>, First published March 2000, Last update: 18 June 2009 (visitada 12 Agosto 2009). // Stack, Roger: «*Holistic and Integral Education for the 21st Century*», Holistic Education Network, Tasmania, Australia, <http://hent.blogspot.com/> (August 2009). // Sternberg, Eliezer J.: «*Are You a Machine? The Brain, the Mind and What it Means to be Human*», Amherst, NY: Prometheus Books, 2008.

<sup>263</sup> Adams, Ray; Gill, Satinder: «*Foundations of Augmented Cognition*, Chapter - *Augmented Cognition, Universal Access and Social Intelligence in the Information Society*», Springer Berlin / Heidelberg, 2007. // Shivhare, Neha; Sharma, Rama Rani: «*Effect of Science of Consciousness on Emotional Intelligence*», Deemed University, Agra, India, 2007.

conocimiento de sí mismo<sup>264</sup> (auto-imagen, auto-motivación, auto-valía,- auto-valores) que desempeña un papel crucial en los procesos de la inteligencia emocional y social<sup>265</sup>.

**(11º) – En los procesos de comunicación humana, los factores de lo gestual, del lenguaje no-verbal, implican la activación automática de trayectorias neuronales, formadas desde la más temprana infancia, pertenecientes a las más profundas estructuras nucleares del individuo<sup>266</sup>. La información no-verbal incluye los gestos faciales, la postura general del cuerpo, los ademanes, los tics, la intensidad con que se dicen las palabras, la presentación personal (vestido, accesorios, estilos del peinado, perfume utilizado, etc.) y demás elementos significadores de status y de las características de personalidad (autovalía, autoimagen, asertividad, etc.), las pausas y ritmo de lo que se dice (el paralenguaje)<sup>267</sup>. El lenguaje no-verbal determina un 55% del contenido en los procesos de comunicación humana, en tanto que las palabras mismas sólo representan un 45% del contenido de lo que se pretende comunicar<sup>268</sup>.**

**(12º) – El contexto socio-cultural dentro del cual se interactúa y la expresión físico-geográfica del mismo son el resultado de los procesos neuronales de un determinado colectivo humano, pero – a su vez- determinan nuevas trayectorias neuronales en los individuos y/o afianzan vías neuronales existentes<sup>269</sup>.**

El edificio **Burj Dubai** ya es oficialmente el rascacielos más alto del mundo, pues llegó a la altura de 512.1 metros (1.680 pies), superando al rascacielos Taipei 101 en Taiwan que tenía el récord con sus 508 metros de altura. (<http://www.fayerwayer.com>).



Lo paisajístico, ya sea urbano o rural, los tipos de construcciones y de vías, las rutas que se frecuentan y los tipos de transporte, la interacción con determinados lugares, los grupos de personas con los cuales se interactúan en los sitios o nichos geográficos, los socio-cultural y abstracto-simbólico involucrado<sup>270</sup> en los lugares de residencia, de trabajo, de estudio/aprendizaje, de lúdica (entretenimiento, diversión, juegos), las ideologías y todo lo metacultural y metacognitivo, las relaciones y estructuras de poder (socio-económico, cultural, político), las relaciones y estructuras de clase, etc., determinan o refuerzan vías neuronales relacionadas con la gestión del entorno<sup>271</sup> encadenada con los mecanismos de adaptabilidad, de afrontamiento o de huida, forjados en el largo proceso evolutivo de la especie humana.

La Arquitectura, por ejemplo, ha devenido en un lenguaje privilegiado, en un metalenguaje, expresión de la estética metacultural, con sus tramas de imbricada semiótica y hermenéutica, instanciando las aplicaciones de la ciencia y de lo postmoderno, dentro de sus cercanas

<sup>264</sup> Maslow, Abraham H.: «*Motivation and Personality*», HarperCollins Publishers; 3rd Sub edition, January 1987. // Glannon, Walter: «*Bioethics and Brain*», Oxford University Press, 2006.

<sup>265</sup> Morin, Alain: «*A neuro-socio-cognitive model of self-awareness with an emphasis on inner speech*», Cogprints, 12 September 2007. // Salovey, P.; Mayer, J. D.: «*Emotional intelligence*», *Imagination, Cognition & Personality*, Volume 9, Number 3, pages 185-211, 1990.

<sup>266</sup> Ekman, Paul; Rosenberg, Erika L. (editors): «*What the Face reveals: Basic and Applied Studies of Spontaneous Expression using the Facial Action Coding System (FACS)*», Oxford University Press, 1997. // Brisinda, Dale: «*Face Detection from Constituent Features and Energy Minimizing Spring-Based Facial templates*», Calgary University, Alberta (Canada), 1998.

<sup>267</sup> Ekman, Paul; Friesen, Wallace V.; Hager, Joseph C.: «*Facial Action Coding System: The Manual*», Human Face, USA, 2002.

<sup>268</sup> Calero, Henry H.: «*The Power of Nonverbal Communication How You Act Is More Important Than What You Say*», First edition, Silver Lake Publishing, 2005.

<sup>269</sup> Karni, A.; Meyer, G.; Rey-Hipolito, C.; Jezard, P.; Adams, M. M.; Turner, R., et al.: «*The acquisition of skilled motor performance: Fast and slow experience-driven changes in primary motor cortex*», *Proceedings of the National Academy of Sciences, U.S.A.*, Volume 95, pages 861-868, 1998. // Rogers, Carl; Kramer, Peter D.: «*On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*», Mariner Books, First edition, September 1995.

<sup>270</sup> Lefebvre, Henri: «*The Urban Revolution*», University of Minnesota Press, Minnesota (USA), 1970/2003. // Wall, John (editor): «*Mediations in Cultural Spaces: Structure, Sign, Body*», Cambridge Scholars Publishing, 2008.

<sup>271</sup> Morales-Ramírez, Natalia: «*Estrategias discursivas de control social en la planeación del espacio público del centro de Medellín: eje Carabobo 2004-2007*», Universidad Nacional de Colombia-Sede Medellín, Facultad de Arquitectura, Postgrado de Planeación Urbana, (Tesis) Junio 2009. // Jameson, Fredric: «*Postmodernism, or The Cultural Logic of Late Capitalism*», Durham, N.C.: Duke University Press, 1991.



relaciones con el capitalismo voraz, salvaje, transformante de lo experimental y lo estético en una forma de mercancía<sup>272</sup>. El individuo confrontado con esta nueva jungla de los «nichos y redes urbanas» tiene que reconfigurar sus mecanismos de adaptación, con sus estrategias y atavismos conceptuales, con sus automatismos de gestión del cambio del entorno, a este nuevo contexto. Y en dichos procesos de re-adaptación los individuos han de reconfigurar – a su vez-, ya sea explícita o implícitamente, sus trayectorias neuronales que le han de permitir un desempeño eficaz y proficiente en el contexto socio-cultural de actuación.



Edificio de la Ópera en Sydney, Australia.

En los nuevos contextos, en las nuevas «junglas», en las cuales actúa y se desenvuelve la especie humana, exigen nuevas estrategias de adaptación que van más allá de los mecanismos y ciclos circadianos configuradores de los comportamientos individuales y gregarios. Se obliga las estrategias metaculturales, metacognitivas, lo metafórico de lo urbano y del control social<sup>273</sup>, la iconografía de las costumbres y de lo socio-cultural en general, de la ciencia y la tecnología.

Estos son los nuevos escenarios de las leyes de evolución y selección. De ahí, lo crucial que en los sistemas educacionales se capacite a los individuos con las teorías, estrategias y técnicas específicas del *Empoderamiento Cognitivo/Conscientivo*<sup>274</sup> para que los individuos puedan afrontar exitosamente las ingentes exigencias de productividad y competitividad internacionales.

**(13º) – También, las diferencias de género determinan trayectorias neuronales diferentes.** En general, los varones y las mujeres tenemos diferencias en las estructuras de percepción. La evidencia proporcionada por los estudios e investigaciones neurocognitivas establece que existen diferencias en las trayectorias neuronales, para los procesamiento de información espacial, en los cerebros de varones y mujeres<sup>275</sup>. En el cerebro femenino se privilegia el procesamiento del espacio cercano, mientras que en el cerebro masculino hay preponderancia para procesar información espacial lejana.



Esta marcada diferencia en los procesamiento neuronales de la información visual-espacial es el legado de los procesos evolutivos de cuando los grupos humanos se especializaron en cazadores (los varones) y en recolectores (las mujeres). Dedicadas – durante milenios- a actividades predominantemente recolectoras, las mujeres tenían la necesidad de trabajar muy bien, con precisión fina, en el espacio cercano; en tanto que los varones dedicados a la caza, tenían necesidad de manejar muy bien los espacios lejanos para detectar, identificar y establecer las estrategias para dar caza a las presas<sup>276</sup>.

Estos comportamientos se involucraron en los genes –

<sup>272</sup> Lefebvre, Henri: «*The Production of Space*», Oxford: Blackwell, 1991/1974. // Bachelard, Gaston: «*The Poetics of Space*», Harvard Design Magazine, Number 6, pages 1-4, Fall 1998. // Weate, Jeremy: «*The image of architecture*», Université de Liege, Belgium, 1999.

<sup>273</sup> Cohen, Stanley: «*Visions of Social Control: Crime, Punishment, and Classification*», Cambridge: Polity Press, 1985. // Deleuze, Gilles: «*Society of Control*», L'autre journal, Nr. 1, Mai 1990. // Bogard, William: «*The Empire of the Living Dead: Control Societies and the Production of Hybrid Bodies*», American Sociological Association, 2004. // Morgan, G.: «*Imaginization: The Art of Creative Management*», Sage Publications, London, 1993.

<sup>274</sup> Bostrom, Nick; Sandberg, Anders: «*Cognitive Enhancement: Methods, Ethics, Regulatory Challenges*», Science and Engineering Ethics, Springer Netherlands, Volume 15, Number 3, pages September 2009. // Cascio, Jamais: «*Boosting your Brain for Fun and Profit*», Open The Future/IEET: Institute for Ethics & Emerging Technologies, January 2009.

<sup>275</sup> Stancey, Helen; Turner, Mark: «*Close women, distant men: Line bisection reveals sex-dimorphic patterns of visuomotor performance in near and far space*», British Journal of Psychology (pre-print article), 28 July 2009. // Combs, A.: «*The Radiance of Being: Complexity, Chaos and the Evolution of Consciousness*», Floris Books, Edinburgh, 1995.

<sup>276</sup> Stancey, Helen: «*Men And Women See Things Differently*», British Psychological Society, 30th July 2009. // Heidegger, M.: «*Being and Time*», State University of New York Press, Albany, NY, 1996.

por las subyacentes y poderosas fuerzas de la selectividad evolutiva- y se pasaron a los descendientes. En las sociedades modernas, estas competencias diferenciadas siguen perteneciendo a los cerebros masculino y femenino y es así como ambos géneros presentan capacidades en campos diferentes. Capacidades, destrezas o competencias que se corresponden a sendas trayectorias neuronales, definidoras de muchas de las formas de pensar, sentir y actuar que manifestamos los individuos en los contextos socio-culturales de actuación.

**(14º)- Los más altos valores, los ideales supremos, tanto en la dimensión intracognoscente como en la intercognoscente, tienen sus correspondencias en las trayectorias neuronales.** Los infantes humanos –en edades tan tempranas como los 14 o 18 meses- ayudan a otros infantes a alcanzar sus metas tal como ayudarles a alcanzar objetos o a cerrar puertas. Y hacen esto sin mediar recompensa alguna por parte de los adultos. Este y otros hallazgos han convencido a la comunidad internacional de las ciencias cognitivas, en especial a los investigadores neurocognitivos, que el comportamiento altruista<sup>277</sup> forma parte de la dote genética humana, de la inteligencia instintiva humana, y que está íntimamente ligado con la socialización y la supervivencia de los grupos humanos.



«Belisaire demandant l'aumône», Jacques-Louis de David au Palais des Beaux Arts à Lille. (Multi-license with GFDL and Creative Commons CC-BY-SA-2.5).

Y estos automatismos están imbricados en ciertas regiones del cerebro como la corteza prefrontal ventromedial relacionada con los actos morales, la región septal de la corteza subgenual que se activa cuando se realizan actos de ayuda desinteresada, y la zona mesolímbica frontal relacionada con lo gratificante<sup>278</sup>.

Esto se ha verificado con técnicas como las imágenes de resonancia magnética funcional<sup>279</sup> que permiten rastrear la activación de ciertas regiones del cerebro en tiempo real, con individuos – incluso infantes de pocos meses- en estado de vigilia, dando así las bases neuronales de los actos de altruismo<sup>280</sup> y abriendo puertas sobre los sustratos neuronales de la voluntad y la consciencia humanas, y en este sentido: *«resulta imprescindible para la supervivencia global de la raza humana una mejor comprensión de la complejidad y adaptabilidad del cerebro y de la diversidad de la consciencia humana»*<sup>281</sup>.

**(15º) – Los biorritmos, los ritmos circadianos, están involucrados en nuestra herencia biogenética.** Además, estamos en interacción con diversos ritmos naturales como las estaciones y otras variaciones climáticas, la sucesión de noches y días, los 24 movimientos a los cuales está sometido el planeta, además de otros ciclos provenientes de la galaxia y de otros sistemas estelares cercanos. La teoría del biorritmo se inició en Europa<sup>282</sup> y tiene variadas aplicaciones, aunque persiste un cierto nivel de controversia entre los seguidores de la teoría biorrítmica y los de la ortodoxia oficial que la ponen en duda.

<sup>277</sup> Tomasello, Michael; Warneken, Felix «The roots of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 455-471, August 2009. // Warneken, Felix: «Digging deeper: A response to commentaries on The roots of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 487-490, August 2009.

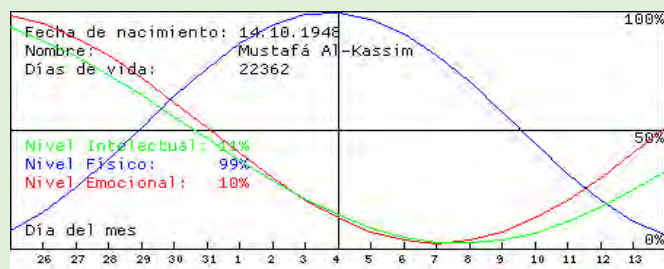
<sup>278</sup> Vedantam, Shankar: «If It Feels Good to Be Good, It Might Be Only Natural», Washington Post, page A01, Monday, 28 May 2007. // Ispas, Alexa: «Psyched out by numbers: Altruism and the dangers of methodology», University of Edinburgh, August 2007.

<sup>279</sup> Moll, Jorge; Grafman, Jordan: «Neural bases of altruism giving in normal healthy volunteers», Proceedings of the National Academy of Sciences, October 2006. // PNAS: «Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation», Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America (PNAS), Volume 103, Number 42, pages 15623-15628, October 2006.

<sup>280</sup> Hay, Dale F.: «The roots and branches of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 473-479, August 2009. // Wynn, Karen: «Constraints on natural altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 481-485, August 2009. // Phillips, Tim; Reader, Tom: «Being Altruistic May Make You Attractive», University of Nottingham, 15 October 2008.

<sup>281</sup> Dalai Lama: «Mente y Consciencia», Octubre 1989. // Feyerabend, P.: «Farewell to Reason», Verso Books, London, 1987. // Gallagher, S.: «Hermeneutics and Education», State University of New York Press, Albany, NY, 1992.

<sup>282</sup> WSG: «Natural Biorhythms», White Stranger Group, <http://www.whitestranger.com> (Agosto 2009). // Golovachev, A.V.: «Use of biorhythm theory in preventive work on industrial safety», Metallurgist, Volume 24, Number 3, pages 120-121, March 1980.



Un ejemplo de ciclos del biorritmo personal.

No obstante, es posible –a nivel individual– aprovechar los ciclos del biorritmo personal – el intelectual, el físico, el emocional y otros– como una guía de actuación, dentro de otros parámetros que permiten tomar decisiones

correctas a tiempo.

Todos los puntos expuestos –y muchísimos más que resultaría prolijo enumerar– se configuran dentro los sorprendentes, misteriosos y precisos mecanismos inherentes a los **procesos de la adaptabilidad y de la auto-transformación humanas**. Los funcionalismos de la adaptabilidad humana conforman el conjunto de habilidades que nos permiten –como individuos y como especie– adaptarnos al cambio<sup>283</sup>.

Somos extremadamente adaptables y capaces de manifestar diversidad de destrezas. Podemos en el lapso de la existencia –si así nos lo proponemos– aprender muchísimas nuevas cosas, dejar viejos hábitos y adquirir hábitos más eficientes<sup>284</sup> y estilos de vida más saludables, cambiar radicalmente nuestras estructuras de paradigmas<sup>285</sup>, y empoderar todos nuestros talentos naturales, en forma holística<sup>286</sup>, involucrar en formas más inteligentes –en nuestras estructuras internas– los principios éticos, morales y espirituales alineados con las más altas miras y los más altos ideales del espíritu humano<sup>287</sup>, sobreponernos a circunstancias restrictivas y a fracasos, volvernos expertos en varias disciplinas y aplicarlas en la vida diaria y en lo profesional<sup>288</sup>, alargar los años de vida y lograr una existencia más activa y enriquecedora, y como resultado – en formas actualmente no discernibles cabalmente por la ciencia oficial– convertirnos en diferentes seres<sup>289</sup>, de consciencia despierta.

*«Debemos empoderarnos a nosotros mismos con la ayuda de nuestro mente... Para quienes conquistan la mente, ésta se convierte en el mejor de los amigos; pero para quienes fallan en dicha conquista, la mente permanecerá como su gran enemigo».* -BHAGAVAD-GITA.

<sup>283</sup> Dispenza, Joe: «*Evolve Your Brain: The Science of Changing Your Mind*», Health Communications, Inc., 2207. // Martin, Raymond; Barresi, John: «*Naturalization of The Soul*», Routledge, 2000. // Aun Weor, Samael: «*La Revolución de la Dialéctica*», <http://sawzone.org> (PDF).

<sup>284</sup> Argyris, C.; Schön, D.A.: «*Theory in Practice: Increasing Professional Effectiveness*», Jossey-Bass, San Francisco, CA, 1974. // Bateson, G.: «*Steps to an Ecology of Mind*», Ballantine Books, New York, NY, 1972. // Scott, C.: «*Social Education*», Cinn and Co., Boston, MA, 1908.

<sup>285</sup> Barker, J.A.: «*Paradigms: Understanding the Future in Business and Life*», The Business Library, Melbourne, 1992. // Kuhn, T.S.: «*The Structure of Scientific Revolutions*», University of Chicago Press, Chicago, IL, 1996. // Argyris, C.: «*Overcoming Organizational Defences: Facilitating Organizational Learning*», Allyn & Bacon, Sydney, 1990. // Bayes, K.: «*Living Architecture*», Floris Books, Edinburgh, 1994. // Veling, T.A.: «*Living in the Margins: Intentional Communities and the Art of Interpretation*», The Crossroad Publishing Company, New York, NY, 1996.

<sup>286</sup> Bohm, D.: «*Wholeness and the Implicate Order*», Routledge, Cornwall, 1980. // Miller, R.: «*Holistic education for an emerging culture*», in Glazer, S.: (Eds), «*The Heart of Learning*», Tarcher/Putnam, New York, NY, pp.189-201, 1999. // Armstrong, F.: «*Freeing our singing voice*», 1997; in Hampton, M., Acker, B. (Eds); «*The Vocal Vision: Views on Voice by 24 Leading Teachers, Coaches and Directors*», Applause Books, New York, NY, pp.43-9. // Merry, U.: «*Coping with Uncertainty: Insights from the New Sciences of Chaos, Self-Organization, and Complexity*», Praeger, Westport, CT, 1995.

<sup>287</sup> Keck, L.R.: «*The four values that will define the future of Christianity*», The Center for Progressive Christianity, available at: [www.tpcp.org/resources/articles/four\\_values.htm](http://www.tpcp.org/resources/articles/four_values.htm) (accessed 12 October 2002), 2000. // Mitroff, I.I.; Linstone, H.A.: «*The Unbounded Mind: Breaking the Chains of Traditional Business Thinking*», Oxford University Press, New York, NY, 1993.

<sup>288</sup> Leff, H.L.; Nevin, A.: «*Turning Learning inside out: A Guide for Using Any Subject to Enrich Life and Creativity*», Hawker Brownlow Education, Cheltenham, 1997. // Brockman, J.: «*Truth, Beauty, and Goodness: An Education for All Human Beings – A Talk with Howard Gardner*», available at: [www.edge.org/3rd\\_culture/gardner/gardner\\_p1.html](http://www.edge.org/3rd_culture/gardner/gardner_p1.html) (accessed 15 August 2002), 2001. // Kittelson, M.L.: «*Sounding the Soul: The Art of Listening*», Daimon, Einsiedeln, 1996. // Halifax, J.: «*Learning as initiation: not-knowing, bearing witness, and healing*», in Glazer, S. (Eds), «*The Heart of Learning*», Tarcher/Putnam, New York, NY, pp.173-181, 1999.

<sup>289</sup> Aun Weor, Samael: «*El Misterio del Áureo Florecer*», en <http://sawzone.org> (PDF). // Glazer, Steven: «*The Heart of Learning, Spirituality in Education – New Consciousness Reader*», Penguin Group, March 1999. // Steiner, R.: «*From Buddha to Christ*», Harper Collins, New York, NY, 1993. // Theobald, R.: «*We DO Have Future Choices: Strategies for Fundamentally Changing the 21st Century*», Southern Cross University Press, Lismore, 1999. // Abram, D.: «*The Spell of the Sensuous: Perception and Language in a More-than-Human World*», Pantheon Books, New York, NY, 1996.



«Aquello que hace enojar a la gente no son las cosas que les suceden, sino lo que pensamos de las cosas, de manera tal que cuando estamos conmovidos o exaltados o malhumorados, no culpemos a nadie más, sino, a nosotros mismos, es decir, a nuestros pensamientos», Epicteto.

## Estructura de los hábitos / Cambiar hábitos

Cada hábito, o costumbre inveterada, conformado por definidas trayectorias neuronales, como automatismo involucrado en nuestras estructuras de personalidad, en nuestra mente, en nuestras actitudes, y en nuestra Psicoemocionalidad, está constituido por un conjunto de elementos que interactúan sinérgicamente. En la figura siguiente se esquematiza los principales elementos constitutivos de un hábito<sup>290</sup>.



Principales componentes de un hábito. Cambiar un hábito implica actuar sobre ellos.

Los hábitos y los automatismos mentales, actitudinales, psicoemocionales y conductuales que desencadenan implican la expresión en la vida práctica de esas portentosas habilidades inherentes a la dote humana<sup>291</sup> relacionadas con la *interdimensionalidad*, es decir la capacidad de interactuar entre dimensiones o niveles energéticos, que se influyen entre sí y manifiestan

<sup>290</sup> Barrera, Sara F.: «Los hábitos y el crecimiento, una perspectiva Peirceana», Revista Razón y Palabra, Nro. 21, en <http://www.razonypalabra.org.mx/>. // Shepherd, Peter: «Transforming the Mind», September 2001, in <http://www.trans4mind.com/>. // Goleman, Daniel: «The Mind over the Body», The New York Times/Reports on The Behavioral Sciences, September 27, 1987.

<sup>291</sup> Urantia Foundation: «El Libro de Urantía», Parte III – El Origen de Urantia, en <http://www.urantia.org>.

diferentes velocidades de procesamiento<sup>292</sup>. Normalmente, cada persona en este planeta está empleando el cuerpo físico celular, tridimensional, y el cuerpo bioenergético (cuerpo vital) para interactuar con las estructuras internas de personalidad, psicoemocionales, mentales, volitivas, conscientivas y espirituales, en unos contextos socio-culturales y cognitivos específicos, e interactuando con el entorno físico, adaptándose a él, pero también controlándolo, reperfilándolo, cambiándole, procesos que a su vez- influyen sobre el individuo. Mediante dichas categorías de interacciones, en un individuo sano, se puede modificar la realidad material, físico-química, densa, tridimensional, lo que –a su vez- afecta los otros niveles energéticos (internos, abstracto-simbólicos).

Las diversas investigaciones en las ciencias médicas y en las cognitivas –entre muchas otras- están corroborando y ampliando sorprendentemente el conocimiento sobre las *capacidades humanas de interdimensionalidad*. Por ejemplo, ya es un paradigma formalmente establecido concerniente a las capacidades de la mente y de las estructuras psicoemocionales para influir sobre las estructuras orgánicas positiva o negativamente, dependiendo de las decisiones individuales (acción disciplinada de la voluntad, la consciencia y el espíritu)<sup>293</sup>.

Ahora, como los hábitos tienen imbricaciones complejas en todos los niveles energéticos (dimensiones), esquematizados en la figura mostrada, entonces cambiar hábitos implica unos complejísimos procesos que actúan en varias dimensiones. Sin embargo, las destrezas inherentes al ser humano nos permiten cambiar efectivamente hábitos nocivos (*el tabaquismo*, por ejemplo) por otros hábitos más benéficos (*dejar de fumar, practicar actividades lúdicas*); hábitos ineficientes (*bajo nivel en la gestión del tiempo, pobres métodos de estudio/aprendizaje*) por hábitos altamente efectivos y eficientes (*ser proactivo, auto-gestión altamente eficiente del tiempo, aprendizaje de calidad para toda la vida*), estilos de vida poco saludables (*el sedentarismo, pobre nutrición que lleva al sobrepeso*) a estilos saludables de vida (*hacer ejercicio físico de calidad con frecuencia, saber nutrirse, y manejar el estrés*).

Igualmente, es posible empoderarse cognitivamente logrando adquirir nuevas destrezas, potenciar competencias personales, procesos en los cuales la interacción mente/cerebro logra ampliar las conexiones sinápticas<sup>294</sup> (la parte física) y ampliar las perspectivas de las estructuras mentales, actitudinales<sup>295</sup> y de personalidad, reprogramando –así- nuestras estructuras internas y de personalidad, los paradigmas culturales<sup>296</sup> que tanto nos condicionan, e –incluso- nuestro material genético<sup>297</sup>.

### Estrategia para cambiar hábitos

Desde la más remota antigüedad hasta este exacto momento, los grupos humanos han utilizado y utilizan dichas capacidades inherentes para moldear las culturas, el entorno físico, y todas las redes y meta-estructuras en lo socio-económico, lo cognitivo/Conscientivo, lo tecnológico, para construir ciudades y toda clase de artefactos<sup>298</sup>.

<sup>292</sup> Aun Weor, Samael: «El Matrimonio Perfecto, Cap. VII: Las Siete Iglesias», en <http://sawzone.org> (formato PDF). // Pennebaker, James W.; Susman, Joan R.: «Disclosure of traumas and psychosomatic processes», Social and Science Medicine, Volume 26 Issue 3, 1988, pages 327-332. // Cohen, Sheldon; Tyrrell, David; Smith, Andrew P.: «Psychological Stress and Susceptibility to the Common Cold», The New England Journal of Medicine, Volume 325 Issue 9, pages 606-611, 1991.

<sup>293</sup> Ader, Robert; Cohen, N.; Felten, D.: «Psychoneuroimmunology: Interactions between the Nervous System and the Immune System», Lancet, pages 345:99-103, 1995 // Locke, Steven et al.: «Los poderes curativos de la Mente», Selecciones Reader's Digest, Tomo XCVIII, Núm. 589, Diciembre 1989, páginas 37-41. // Blakeslee, Thomas R.: «The Attitude Factor: Extend Your Life by Changing the Way You Think», Thorsons/Harper Collins, London, 1997.

<sup>294</sup> Strauch, Barbara: «The Secret Life of the Grown-up Brain, The Surprising Talents of the Middle-Aged Mind», Penguin Group, 2010. // Strauch, Barbara: «How to Train the Aging Brain», The New York Times / Adult Learning – Neuroscience, December 29, 2009.

<sup>295</sup> Keller, Jeff: «Attitude is Everything, Change Your Attitude and You Change Your Life», As A Man Thinketh, 2001. // Chopra, Deepak: «Reinventing the Body – Resurrecting the Soul, How to Create a New You», Harmony Books, 2009. // Troward, Thomas: «The Edinburgh Lectures on Mental Sciences», 1904, <http://your-guidance.com/>.

<sup>296</sup> Cowen, Tyler: «Creative Destruction, How Globalization Is Changing the World's Cultures», Princeton University Press, 2002. // Jones, Dantalion: «The Mind Control 101», Lulu Inc., 2008. // Decety, J.; Jackson, P.L.: «The functional architecture of human empathy», Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews, Volume 3 Issue 2, pages 71 – 100, 2004. // Geertz, Clifford: «Conocimiento local, Ensayos sobre la interpretación de las culturas», Barcelona (España), Paidós, 1984.

<sup>297</sup> Ming-Dao, Deng: «Everyday Tao, Living with Balance and Harmony», HarperCollins Publishers Inc., 1996. // Furman, Mark Evan; Gallo, Fred P.: «The Neurophysics of Human Behavior, Explorations at the Interface of Brain, Mind, Behavior, and Information», London, CRC Press LLC, 2000.

Es posible aplicar ciertas estrategias para cambiar hábitos nocivos o ineficientes en otros más saludables y productivos<sup>299</sup>. Independientemente de la estrategia que se adopte, es necesario empezar con la mentalización de lo que es un hábito, de lo que representa en nuestras vidas y de los efectos que tiene sobre prácticamente todos los contextos de actuación.



Ninguna persona ha nacido con baja autoestima –o baja percepción de sí misma-, ni con desórdenes nutricionales que lo llevan a la obesidad, ni presa del nerviosismo hasta tal punto que roe compulsivamente las uñas de las manos, ni presa del estrés o del síndrome del tabaquismo, ni tampoco con la manía de procrastinar – dejar todo para “después”, o postergar-. Todas estas situaciones esbozadas –y muchísimas otras observadas en la vida práctica, y en los consultorios de los psicoterapeutas- son comportamientos adquiridos en los entornos familiares, sociales y de grupos de interrelación, en los cuales actuamos desde que nacemos. En realidad, configuran parte de la **programación neuronal** expresada como hábitos o manías o costumbres inveteradas –dependientes del contexto sociocultural y de las propensiones genéticas- que tanto nos define como individuos. Dichos hábitos se expresan –a su vez- como trayectorias neuronales definidas, perfilando y regulando automatismos en las formas de pensar, de sentir, de las actitudes y de los comportamientos cotidianos. Se configuran como una *segunda naturaleza* dentro de cada persona<sup>300</sup>.

**«Primero, nosotros definimos nuestros hábitos; luego, los hábitos nos definen y regulan en todo lo que pensamos y hacemos», Charles C. Noble.**

Y es debido a esta segunda naturaleza que esgrimimos nuestros comportamientos cotidianos, que manifestamos nuestras formas de pensar y de sentir. Como bien lo dice el refranero popular: «Los hábitos son primero delgados hilos; luego, se convierten en enmarañadas y pesadas redes de cables». Y,

frecuentemente, dichas enmarañadas y pesadas redes –muchas de ellas como pesados hierros opresores- nos complican innecesariamente la existencia, hacen nuestra rutina cotidiana bastante tóxica e ineficiente. En síntesis, subyugados por nuestros propios hábitos nocivos, nos convertimos en personas infelices, en *robots orgánicos*, seres de dormida consciencia<sup>301</sup>.



Con frecuencia –también- especialmente con la llegada de ciertos eventos, como el inicio de un nuevo año o la celebración de nuestro onomástico, nos hacemos ciertos propósitos de cambiar hábitos, pero a las pocas semanas ya hemos desistido, la motivación ha llegado a bajísimos niveles para lograr efectivamente concretar en la vida práctica ese cúmulo de buenas intenciones. Y es que **cambiar hábitos exige un esfuerzo consistente y sistemático**, durante cierto lapso, empleando estrategias y técnicas específicas, con el fin de impactar positivamente nuestra rutina diaria. Esto es así, porque cada hábito –ya sea saludable o nocivo- exhibe unos procesamiento complejos que afectan varios niveles energéticos (dimensiones).

<sup>298</sup> Barton-Cutten, George: «Three thousand years of Mental Healing» Boston Public Library, USA, 1910. // Holmes, Ernest Shurtleff: «The Science of Mind, A Complete Course of Lessons in the Science of Mind and Spirit», New York, R. M. McBride & Company, 1926. // Coyte, Mary Ellen; Gilbert, Peter; Nichols, Vicky (editors): «Spirituality, Values and Mental Health: Jewels for the Journey», First edition, Jessica Kingsley Publishers, 2007.

<sup>299</sup> Cohen, Pete; Cummins, Sten; Cox, Jennai: «Habit Busting, A 10-step plan that will change your life», Perfect Bound editor, 2001. // Harpen, Paul: «The Great Beyond, Higher Dimensions, Parallel Universes, and the Extraordinary Search for a Theory of Everything», John Wiley & Sons, Inc., 2004. // Randall, Diane: «Change Your Life in 21 Days, Create a new habit in 21 days», 2007-2009, <http://www.LifeAccelerated.com>

<sup>300</sup> Green, Connie R.: «Change Your Habits and Behavior In The Next 21 Days», <http://ezinearticles.com> (January 2010). // Zenhabits: «The Habit Change Cheat sheet: 29 Ways to Successfully Ingrain a Behavior», <http://zenhabits.net> (2009). // Babauta, Leo: «7 Little Habits That Can Change Your Life, and How to Form Them», Zenhabits, Simple productivity, <http://zenhabits.net> (January 2010). // Fishel, Ruth: «Change Almost Anything in 21 Days», Health Communications Inc., 2003, en <http://www.enotalone.com> (January 2010). // Abu Mugatil: «How to Change/Break a Habit it takes 21 Days», <http://talk.islamicnetwork.com> (January 2010).

<sup>301</sup> Aun Weor, Samael: «Tratado de Psicología Revolucionaria, Cap. VI – La Vida», «La Revolución de la Dialéctica, Cap. I – La Didáctica de la Disolución del Yo» en <http://sawzone.org> (PDF, Enero 2010).

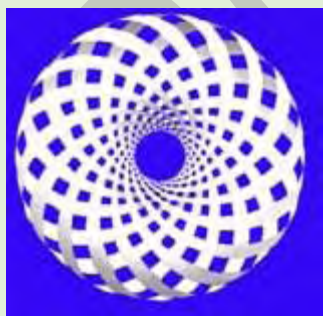


Cambiar hábitos implica ser capaz de la autogestión, administrarse productivamente así mismo, y esta es una tarea que demanda ingentes esfuerzos, enfocados en forma disciplinada, tesoneramente, empleando en forma inteligente las filosofías y las técnicas correctas<sup>302</sup>. Y esto es cierto, ya se trate de ejercitarse físicamente, aprender a escribir ensayos y trabajos, de ser mucho más productivo en los procesos de lectura y de aprendizaje en general<sup>303</sup>, gestionar eficientemente las finanzas personales, mejorar las destrezas emocionales y sociales; adquirir un estilo saludable de vida; aprender a despertar la consciencia superior legítimamente humana; desarrollar la visión holística estratégica compartida (Vishec)<sup>304</sup>; ser capaz de desarrollar en sus estructuras internas y de comportamiento actitudes positivas y proactivas; desarrollar la capacidad de servir desinteresadamente a los demás; etc.

Una metodología para cambiar hábitos nocivos puede resumirse en las siguientes etapas:

- Ante todo, es preciso tener un Plan Creativo de Vida [PCV], dentro de cuyo contexto tenga sentido realizar el cambio de los hábitos perjudiciales, pues éstos inciden negativamente en la obtención de las metas definidas en nuestro PCV. Y seleccionar un primer hábito nocivo que se desee modificar radicalmente. Puede ser dejar el tabaquismo (fumar), o adquirir mejoras en las capacidades de la memoria, o aprender a concentrarse y a tomar apuntes que ayuden a un aprendizaje efectivo, o a mejorar la actitud con respecto a ciertos eventos o personas o temas, o dejar los tóxicos hábitos de nutrición, o lograr efectivamente un cambio de consciencia, etc. Establecer una serie de actividades que induzcan el cambio del hábito nocivo. Por ejemplo, si se trata de dejar de fumar, sería muy conveniente empezar a informarse correctamente sobre el tema, y mentalizarse al respecto.
- Dedicar un cierto número de días, de semanas o de meses, persistiendo en las actividades establecidas, hasta lograr el cambio propuesto. Tradicionalmente, se considera que en 21 días, de disciplinado y persistente esfuerzo, se logra un cambio radical de un hábito nocivo e ineficiente en otro más saludable y eficiente.

Este concepto de los 21 días fue primeramente introducido en los medios académicos –en la década de 1970's- por Maxwell Maltz, que en su libro titulado «*Psycho-Cybernetics*»<sup>305</sup> relata las observaciones como médico cirujano plástico sobre el lapso de 21 días al cabo del cual muchos pacientes amputados sentían la extremidad perdida (fenómeno llamado de la «*extremidad fantasma*»). También notó que las personas que se sometían a pequeñas cirugías de arreglo facial, presas de baja autoestima, se tardaban 21 días para que la cirugía y terapia posterior hiciera reales efectos; y lo más sorprendente, es que muchas personas lograban mejorar su autoestima con 21 días de terapia apropiada, sin someterse a ninguna cirugía. De estas, y de otras observaciones similares, argumentó el periodo de los 21 días, extendiéndolo al cambio de hábitos. Dentro de sus argumentaciones planteó que los circuitos cerebrales forman engramas (trazas neuronales de memoria) y generan neurocircuitos y neurotrayectorias si se les exige con persistencia durante 21 días.



A partir de las observaciones y experimentos de Maxwell Maltz – muchos de ellos explicados en el libro referenciado- ha surgido todo un movimiento de la «*psicocibernética*» con claras implicaciones en los

<sup>302</sup> Scott, Young: «How to Get More from Life», Creative Commons License, 2009, en <http://www.scotthyoung.com/blog> (Enero 2010).

<sup>303</sup> Kump, Peter: «Breakthrough Rapid Reading», Prentice Hall Press; Revised edition, November 1998. // Scott, Young: «Holistic Learning», Creative Commons License, <http://www.scotthyoung.com/blog> (Enero 2010).

<sup>304</sup> Álvarez-Montoya, William: «VISHEC: Visión Holístico-estratégica Compartida», documentos de trabajo, 2010. // Zalavadia, Shyam; Samant, Abhishek; Kakatkar, Aditya: «TATA: Global Business Strategies», 2008. // Stanley, Morgan: «Global Macro Preview 2010», December 17 2009.

<sup>305</sup> Maltz, Maxwell: «Psycho-Cybernetics», Pocket Books, 6th edition, April 1971. // Jacksch, Mary: «How to Establish New Habits, The No-Sweat Way», GoodLife Zen, <http://goodlifezen.com/> (January 2010). // Bebauta, Leo: «13 Things to Avoid When Changing Habits», Zenhabits, Simple productivity, <http://zenhabits.net> (January 2010). // Levinson, Steve; Greider, Pete: «Following Through: A Revolutionary New Model for Finishing Whatever You Start», Unlimited Publishing LLC, May 2007. // Lockton, Dan: «Using Design for Influence Behaviour», Cognitive Design, January 4<sup>th</sup> 2010, <http://newvaluestreams.com>.

métodos de auto-ayuda<sup>306</sup>, cuyos postulados plantean que es posible adquirir, con los métodos desarrollados por Maltz y otros posteriores, sorprendentes resultados –en 21 días- entre los cuales se incluye: ♦potenciar la imaginación creativa; ♦desarrollar la autoconfianza y la autodisciplina, la automotivación y proactividad; ♦ erradicar de las estructuras de personalidad los temores, las dudas y confusiones, las vaguedades cognitivas, y los bloqueos mentales; ♦cambiar hábitos nocivos de pensar, sentir y actuar; ♦hacer efectiva la «Ley de Atracción» en nuestras cotidianeidad; ♦mantener en forma constante una actitud positiva, ganadora, que repercute alcanzando logros nunca antes soñados.

Pero recientemente se ha establecido que puede ser más o menos tiempo<sup>307</sup>, dependiendo de muy diversos factores, entre los cuales cabe mencionar: la propensión genética (hasta 60% de un hábito nocivo puede estar definido por factores genéticos; por ejemplo, los hijos de personas alcohólicas o fumadoras son más propensos a serlo), el tipo de estructura de personalidad, el contexto socio-cultural donde el hábito se ha formado y se manifiesta, los diversos niveles de complejidad del comportamiento a cambiar, el potencial de las consecuencias si el cambio no se lleva a feliz término que suministra los diversos niveles de automotivación para el cambio, la necesidad imperiosa de cumplir ciertas expectativas<sup>308</sup>.

En el caso del tabaquismo, por ejemplo, unas personas pueden decidir de la noche a la mañana «dejar de fumar» y lo logran en cuestión de unos pocos días; otras personas llegan al mismo resultado tras varios meses o varios años de esfuerzo con la ayuda de diversas técnicas y terapias; y otras personas –definitivamente- no puede dejar el hábito y fallecen con él, o a consecuencias de él (el recientemente fallecido cantautor *Sandro*, es un ejemplo patético de ello<sup>309</sup>).

- **El envisionamiento positivo es un factor crucial a la hora de cambiar hábitos nocivos.** Esta técnica consiste en imaginar vívidamente cómo será nuestra vida sin ese hábito nocivo, y cómo será –de gratificante- cuando involucremos en todas nuestras estructuras de pensar, de sentir y de actuar el nuevo hábito que se intenta adquirir<sup>310</sup>. Este envisionamiento ha de hacerse continuamente (muchas veces al día, de ser necesario) durante el lapso que dura la adquisición del nuevo hábito. Este proceso genera unas poderosas conexiones entre la visión y la motivación, estableciendo –a su vez- nuevas trayectorias neuronales que se van fortaleciendo con la práctica, debilitándose las trayectorias del hábito nocivo que se



<sup>306</sup> Furey, Matt: «Psycho-cybernetics», 2009, <http://psycho-cybernetics.com> (Enero 2010). // Aun Weor, Samael: «Didáctica del Auto-Conocimiento, Cap. V – Imaginación y Fantasía, Cap. VO – Las representaciones de la Mente», <http://sawzone.org> (formato PDF).

<sup>307</sup> Rubin, Gretchen: «Stop Expecting to Change Your Habit in 21 Days», 16 October 2009, <http://www.happiness-project.com> (Enero 2010). // Hottinga, Walter: «¿Can you change a habit in 21 days?», <http://www.walterhottinga.com> (Enero 2010).

<sup>308</sup> Elvin, Christina: «Accelerating Behavior Change by Actualizing Behavior Commitment», <http://www.oesassociates.co.uk>, 2007-2010. // Scott, Young: «Engineer Life: Set Up Habit Changes So It's Hard to Fail», Zenhabits, Simple productivity, <http://zenhabits.net> (January 2010). // Hajeebhoy, Nemat: «Formative Research and Behaviour Change Communication», <http://www.indmedica.com> (January 2010). // Levinson, Steve: «How to Get All the Willpower You Need to Succeed», <http://www.selfgrowth.com> (January 2010). // Larwin, Karen H.; Larwin, David A.: «Behaviour Modification: Decreasing Excessive Media Usage while Increasing physical activity», A Single-subject Research Study, Gannon University/Kent State University Salem, November 1, 2008 (<http://bmo.sagepub.com>). // Scott, Young: «The Little Book of Productivity», Word Press, 2008.

<sup>309</sup> Roberto Sánchez (19 Agosto 1945 – 4 Enero 2010), cuyo nombre artístico es *Sandro de América*, adquirió el tabaquismo desde muy joven y fue un factor decisivo en su fallecimiento (véase: <http://www.eltiempo.com>). Entre otros logros, fue el primer artista latino en actuar y triunfar en el *Madison Square Garden* de New York. Su discografía ha influido sobre el imaginario romántico de varias generaciones de Latinoamérica (incluyendo al autor de esta documentación).

<sup>310</sup> Meier, J.D.: «10 Keys to Changing a Habit», 17 August 2009, <http://sourcesofinsight.com> (Enero 2010). // Meier, J.D.: «The Zen of Results, How to Manage your Tasks and Get Results» 10 December 2008, <http://SourcesOfInsight.com/meier> (Enero 2010).

quiera erradicar.

En la figura mostrada se ilustra la interrelación entre la propia visión, la Vishec, el Plan Creativo de Vida, los hábitos eficaces, los hábitos saludables, y los procesos de empoderamiento Cognitivo/Consciente.

Ya variadas disciplinas de las ciencias cognitivas, en especial la denominada *Programación Neuro-Lingüística*<sup>311</sup> (NLP por su sigla en Inglés: *Neuro-linguistic Programming*), han venido a demostrar que el trinomio Mente/Cerebro/Psicoemocionalidad es programable, o mejor aún: *autoprogramable*. Una primera programación la recibimos vía el código genético; una segunda programación se recibe a través de los procesos de crianza, educación y formación como individuos, interactuando con nuestros familiares -en primera instancia- y con otros grupos humanos más amplios, e interactuando con el entorno físico-geográfico y con el ambiente cultural. Pero es posible un tercer nivel de programación cuando nos proponemos a cambiar hábitos nocivos o adquirir mejores métodos de trabajo o de estudio.



Las técnicas de NLP fueron desarrolladas por Richard Bandler y John Grinder<sup>312</sup>. Bandler, cuya formación básica se cimentaba en las matemáticas y la terapia Gestalt, estaba estudiando en la Universidad de California -en Santa Cruz- en los 1970's, tiempo en el cual desarrolló una fructífera colaboración con John Grinder – un profesor de Lingüística. En su concepción original, el término acuñado por Bandler y Grinder se emplea para denotar que una persona es un sistema integral de mente/cerebro, Psicoemocionalidad, voluntad, consciencia, alma y espíritu, que continua, sistemáticamente en forma sinérgica, modela y construye conexiones complejas –y muy eficientes- entre los procesos neuronales (“*Neuro*”, el cerebro físico), el lenguaje (“*lingüística*”, lo abstracto-simbólico y sus representaciones) y las estrategias del comportamiento aprendido (“*programación*”, modelación y construcción). La NLP se ha definido de muy diversas maneras: en la profusa literatura sobre el tema, se describe como «*el arte de construir y comunicar la excelencia*»; también se le suele referenciar como «*el estudio y aplicación de las estructuras de la experiencia subjetiva*»<sup>313</sup>.

La **Programación Neuro-Lingüística** (NLP) es un enfoque controversial para la psicoterapia y la gestión del cambio personal y organizacional basado en «*un modelo de comunicación interpersonal principalmente referido a la relación entre estructuras y patrones exitosos de comportamiento y la experiencia subjetiva –en especial las formas de pensar y sentir- que le son inherentes*»<sup>314</sup> y también se le ha catalogado como «*un sistema alternativo de terapia que pretende educar a las personas en el auto-conocimiento y la comunicación efectiva, para cambiar sus modelos mentales y los comportamientos emocionales y sociales*»<sup>315</sup>. Los fundadores de la NLP, Richard Bandler y John Grinder, la conceptualizaron como un instrumento que permite «*hallar vías de ayuda a las personas para que tengan vidas más*

<sup>311</sup> Tosey, Paul; Mathison, Jane: «*Introducing Neuro-Linguistic Programming*», Centre for Management Learning and Development, School of Management, University of Surrey, Guildford, Surrey, UK, 2006, <http://www.NLPResearch.org> (Enero 2010). // Heap, M.: «*Neurolinguistic programming: An interim verdict*», 1988. In M. Heap (Ed.) «*Hypnosis: Current Clinical, Experimental and Forensic Practices*», London: Croom Helm, pp.268-280.

<sup>312</sup> Bandler, R.; Grinder, J.: «*The Structure of Magic: a book about language and therapy*», Palo Alto: Science and Behavior Books, 1975. // Spitzer, Robert S.: «*Virginia Satir and Origins of NLP*», Anchor Point Magazine, Volume 6 Issue 7, July 1962 Issue, pages 1-4

<sup>313</sup> Dilts, R.; Grinder, J.; Delozier, J.; Bandler, R.: «*Neuro-Linguistic Programming: Volume I: The Study of the Structure of Subjective Experience*», Cupertino, CA: Meta Publications, 1980.

<sup>314</sup> Bandler, R.; Grinder, J.: «*Frogs into Princes: Neuro Linguistic Programming*», Moab, UT: Real People Press, 1979. // Sumrall, Shannon: «*Neuro-Linguistic Programming and Education*», <http://www.healthsurvey.com> (Enero 2010).

<sup>315</sup> Roderique-Davies, Gareth: «*Neuro-Linguistic Programming: Cargo Cult Psychology?*», Journal of Applied Research in Higher Education, Volume 1 - Number 2, pages 57 – 63, July 2009 // Skinner, H.; Croft, R.: «*Neuro-linguistic programming techniques to improve the self-efficacy of undergraduate dissertation students*», Journal of Applied Research in Higher Education, Volume 1 – Issue 1, pages 29-38, 2009.



saludables, enaltecidas y enriquecedoras» y que permita estructurarse para lograr objetivos específicos en la vida<sup>316</sup>.

Inicialmente, las técnicas de la NLP fueron promovidas por sus fundadores –en los años 1970's- como una forma efectiva y rápida de psicoterapia capaz de ayudar exitosamente, en unos pocos días, en un rango muy amplio de psicosisoemopatologías, que las terapias tradicionales difícilmente podían solucionar en meses o años, tales como fobias de diversas categorías, depresión, hábitos nocivos, diversas enfermedades de origen psicosomático, desórdenes de aprendizaje, problemas de adaptación social, estrés crónico. También se le promovió como un conjunto de técnicas útiles para potenciar la auto-determinación a través del superar las limitaciones de aprendizaje y enfatizar el bienestar y el desempeño saludable. Posteriormente, ha sido promocionada como la «ciencia de la excelencia», a causa del estudio o modelamiento de cómo las personas exitosas o sobresalientes –en diferentes campos- obtienen sus resultados. Se ha enfatizado que tales destrezas pueden ser aprendidas por cualquier persona que aplique las técnicas correctas, mejorando su efectividad tanto personal como profesional<sup>317</sup>.



A pesar de su gran popularidad, la NLP ha sido largamente ignorada por la ciencia social tradicional, principalmente debido a las argumentaciones que esgrimen los ambientes académicos de «credibilidad profesional»<sup>318</sup> e insuficiente evidencia empírica para sustentar sus modelos y su aclamada eficacia<sup>319</sup>. La NLP parece tener un impacto marginal en la Psicología académica y un limitado impacto en la corriente principal de la terapia y la consultoría. Sin embargo, ha adquirido una marcada influencia –especialmente desde los años 1990's- entre el gremio de psicoterapeutas particulares, y una extraordinaria influencia en el entrenamiento de personal y en la formación del liderazgo –en las grandes empresas-, en la industria del empoderamiento asistido (coaching) y de la auto-ayuda.



- Hay que dejar por escrito las ventajas y beneficios de adquirir el nuevo hábito. Y poner toda la voluntad para lograrlos. Aquí, la honestidad consigo mismo(a) es fundamental, así se logra mantener la motivación y la actitud positiva alta en pos de los logros establecidos. Ayuda muchísimo llevar registros escritos de los logros diarios; algunas plantillas tabulares con los días de la semana y los horarios diarios son de gran utilidad; también las listas que se puedan elaborar sobre las actividades diarios y cómo se actúa dentro de ellas en relación con los objetivos propuestos. Elaborar ciertas medidas de eficiencia es lo más recomendable. Por ejemplo, si se trata de dejar de fumar, entonces un parámetro de eficiencia sería el número de veces en que se abstuvo conscientemente de fumar sobre el número de oportunidades para fumar que se presentaron en el día. Si se empieza, dado el caso, con un 40% de logros (se presentaron 10 oportunidades y se fue capaz de abstenerse en 4, por decir algo), debe ir progresándose -día a día- hasta obtener el 100%. De este modo, se van reperfilando los objetivos a lograr en la rutina diaria.

<sup>316</sup> Grinder, John; DeLozier, Judith: «Turtles All the Way Down: Prerequisites to Personal Genius», Scots Valley, CA: Grinder & Associates, 1987.

<sup>317</sup> Druckman, Daniel: «Be All That You Can Be: Enhancing Human Performance», Journal of Applied Social Psychology, Volume 34, Number 11, November 2004, pp. 2234-2260.

<sup>318</sup> Krugman, Kirsch, Wickless, Milling, Golicz, & Toth: «Neuro-linguistic programming treatment for anxiety: Magic o Myth?», Journal of Consulting & Clinical Psychology. Volume 53 – Issue 4, pages 526-530, 1985.

<sup>319</sup> Einspruch, Eric L.; Forman, Bruce D.: «Observations Concerning Research Literature on Neuro-Linguistic Programming», Journal of Counseling Psychology, Volume 32 – Issue 4, pages 589-596, 1985.

Al finalizar cada día se ha de hacer un balance de los logros obtenidos y se fijan – preferiblemente en forma detallada- los logros a obtener al día siguiente. Deben utilizarse frases motivacionales, autoafirmativas. Y –de ser posible- tener algunos eventos gratificantes como premio de los logros obtenidos (si se está dejando de fumar, sería muy conveniente ir anotando el dinero que se dejó de gastar en cigarrillos e insumos colaterales, y –lo más importante- ir acumulando dicho dinero, ir ahorrándolo, con el fin de adquirir algo o de irse de paseo en una fecha determinada). Con este proceder se irá reforzando el nuevo hábito saludable y se irá debilitando el hábito nocivo.

En esta etapa es fundamental la intensificación en los **procesos de auto-observación psicológica**<sup>320</sup> para detectar e identificar claramente y en forma ágil los pensamientos, emociones, eventos, personas u objetos que normalmente se asocian con el hábito nocivo y funcionan como precursores, o *disparadores*, de todo el automatismo inherente a dicho hábito perjudicial. El objetivo es transformar instantáneamente las impresiones entrantes a través del aparato perceptual externo e interno para impedir que se procesa mecánicamente la información que lleva a exteriorizar el hábito nocivo<sup>321</sup>.

- **Con las etapas anteriores, debidamente realizadas, se está en capacidad de detectar, identificar, caracterizar y neutralizar exitosamente las obstrucciones, los bloqueos, los estímulos negativos (desánimos), los atractores negativos.** Todos estos aspectos son facetas de una misma cosa: *La fuerza de resistencia* que se opone siempre al logro de los objetivos planteados. La estrategia ha de ser muy sólida para poder vencer. Si se está intentando dejar de fumar, entonces recurren –como atractores negativos- los sitios, los grupos de amistades, los eventos, que propiciaron en el pasado el surgimiento y fortaleza del hábito nocivo. Entonces ha de cambiarse –poco a poco- de amistades; se elegirán otros sitios y eventos; se optará por ayuda –incluso médica profesional- para poder persistir en el logro de los objetivos.



Es muy conveniente participar en redes de apoyo: familiares, amistades, grupos que persiguen los mismos objetivos. Reubicar elementos familiares donde se habita (por ejemplo, cambiar ubicación de muebles en el cuarto). Recabar toda la información pertinente. E ir adoptando otras actividades y reforzando las gratificaciones obtenidas al persistir en la erradicación del hábito nocivo. Combinar terapias. Especialmente las terapias alternativas<sup>322</sup> ayudan muchísimo: aromaterapia, musicoterapia, ludoterapia y risoterapia, elementoterapia (herbolaria), la acupuntura y digitopuntura ayudan mucho a combatir la ansiedad.

Casi siempre, los primeros días –o semanas- son los más difíciles. Pero, la autodisciplina siempre rinde sus frutos. Recuérdese lo del refranero popular, que se convierte como atractor inspirativo: «*Cuando vayan mal las cosas, como a veces suelen ir; descansar acaso debas, pero nunca desistir*».

**Cuando ya se tiene un nuevo hábito establecido, entonces la experiencia -así adquirida- sirve de base para cambiar otros hábitos.** Y este proceso puede hacerse las veces que sean necesarias. Lo realmente difícil es iniciar los procesos de auto-transformación con el primer hábito nocivo elegido. El gran reto es ayudar a otras personas a cambiar sus hábitos nocivos.

<sup>320</sup> Aun Weor, Samael: «La Didáctica del Auto-Conocimiento, Cap. I –La Transformación de Impresiones», <http://sawzone.org> (en formato PDF).

<sup>321</sup> Craft, A.: «Neuro-linguistic Programming and Learning Theory», The Curriculum Journal, Volume 12 – Issue 1, pages 125-136, 2001.

<sup>322</sup> Stehlin, Isadora: «Homeopathy: Real Medicine or Empty Promises?», 2003, <http://www.healthsurvey.com> (Enero 2010). // Aun Weor, Samael: «Tratado de Medicina Oculta y Magia Práctica», 1952, <http://sawzone.org> (Enero 2010, formato PDF). // Sumrall, Shannon Larry: «Alternative and Complementary Medicine: A Focus on Qigong», A Thesis Presented for the Master of Arts in Medical Anthropology Degree, The University of Mississippi, December 1998, <http://www.healthsurvey.com/dao.htm> (Enero 2010).

## Casos de Estudio

- **Hábitos nocivos muy comunes.** En la vida práctica se observa que muchas personas tenemos diversos tipos de hábitos nocivos, que con sus automatismos nos complican los procesos de convivencia y de actuación socio-cultural, y siete de los más comunes son los siguientes: ♦ Castigar, ♦ Quejarse, ♦ Culpar, ♦ Amenazar, ♦ Perseguir, ♦ Criticar, ♦ Sobornar.

Estos hábitos son el resultado de los entornos del sistema educativo mundial, de los contextos socio-culturales existentes, y de los bajos niveles de consciencia despierta en las personas. Estos hábitos nocivos son marcadamente egotistas y están presentes en el núcleo de relaciones y demás eventos de los grupos humanos, y conducen a que la mayor parte de los problemas emocionales y de interrelación social estén directamente vinculados con el hecho de que hemos sido condicionados –por los procesos egotistas de culturización- a tratar de controlar en forma egoísta a las personas que nos rodean, el contexto de actuación y a los ecosistemas.

La inmensa mayoría de las personas, en este planeta, aprendemos dichos hábitos nocivos en nuestra infancia de los maestros, padres, abuelos y otras personas; también interactuando con los sistemas de información y otros artefactos tecnológicos culturales dentro de los procesos cotidianos de convivencia.

Desde niños estamos expuestos a situaciones como estas: -«*Debes sacar la basura y asear tu habitación; de lo contrario no hay televisión ni juegos de video para ti*» (castigo, coacción)-. -«*Esta torta que preparé será para ti cuando todo esté limpio y ordenado*»- (soborno). Ya de adultos, también somos condicionados: -«*Tienes que hacer este trabajo, aunque no te guste, o serás sancionado/a, o despedido/a*» (coaccionar, manipular)-. -«*Cuando me complazcas, tal cual te lo he pedido, podrás tener ese ascenso, esa promoción*» (sobornar, dominar)-.

Después de años y años expuestos a esta forma de manipular, de condicionamiento y control psicoemocional, finalmente comenzamos a utilizarla también, por los complejísimo mecanismos de adaptación cultural. A lo mejor, haremos lo que se nos pide, como estrategia de defensa, pero no quedará una buena relación ni con las otras personas ni con nosotros mismos.

El gran problema práctico de tratar de controlar y manipular a otras personas es que, cada vez que usted culpe, soborne, se queje, critique, castigue o amenace a alguien, encontrará resistencia, le responderán, lucharán; de hecho la ignorarán, mentirán, harán las cosas a escondidas o acudirán a un millón de medios, para hacer que usted retroceda. O para tener retaliación que satisfaga la ofensa infringida.

Es simplemente la naturaleza egoica humana. Estamos genética y culturalmente programados para resistir cuando alguien nos trata de obligar a hacer algo que no queremos.

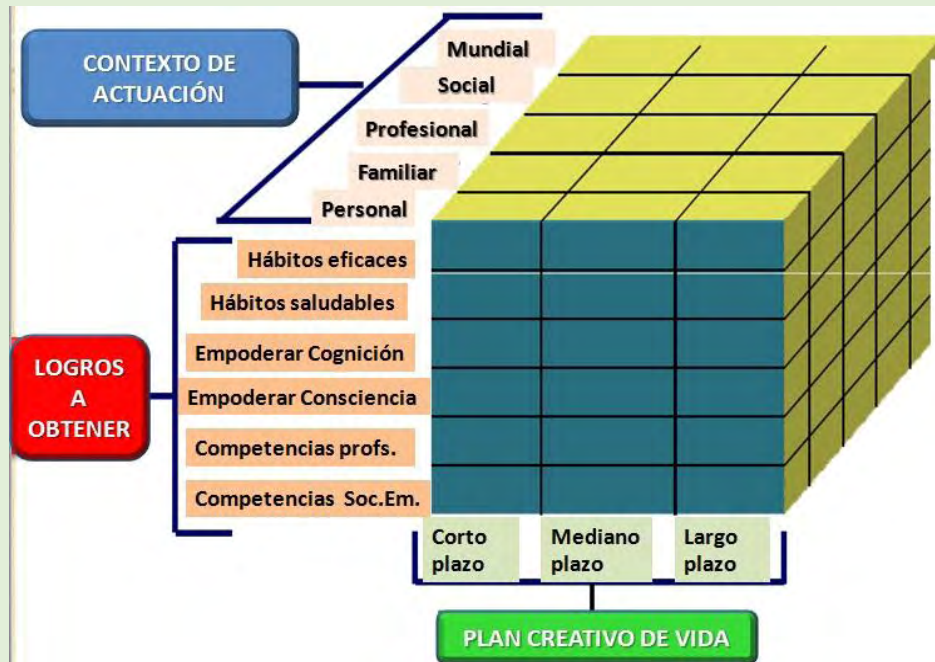
Tal vez sea más pronunciado en una persona que en otra, pero a menos que usted reconozca lo que está haciendo y aprenda a buscar lo que desea en una relación, sin tratar de controlar a los demás, todas sus relaciones se convertirán en una lucha por el poder que harán sufrir a todos los involucrados.

**EN CONTRAPOSICION LOS 7 HABITOS DE inteligencia socio-emocional DE LAS PERSONAS REALMENTE FELICES**

La mejor manera de eliminar los 7 hábitos mortales es reemplazarlos con los 7 hábitos de amor: 1. Apoyar 2. Estimular 3. Escuchar 4. Aceptar 5. Confiar 6. Respetar 7. Negociar las diferencias.



A modo de resumen, la figura siguiente esquematiza la interacción compleja multidimensional de los factores expuestos, con miras a obtener un exitoso PCV (Plan Creativo de Vida):



## Referencias del Capítulo 2:

- **Abbott, Alison:** «*Neuroscience: While you were sleeping*», Nature Magazine, Volume 437, pages 1220-1222, 27 October 2005.
- **Abram, D.:** «*The Spell of the Sensuous: Perception and Language in a More-than-Human World*», Pantheon Books, New York, NY, 1996.
- **Adams, Ray; Gill, Satinder:** «*Foundations of Augmented Cognition, Chapter - Augmented Cognition, Universal Access and Social Intelligence in the Information Society*», Springer Berlin / Heidelberg, 2007.
- **Ader, Robert; Cohen, N.; Felten, D.:** «*Psychoneuroimmunology: Interactions between the Nervous System and the Immune System*», Lancet, pages 345:99-103, 1995.
- **Adolphs, Ralph:** «*Cognitive Neuroscience of Human Social Behaviour*», Nature Reviews Neuroscience, Volume 4, pages 165-178, 28 February 2003.
- **Amabile, T. M.; DeJong, W.; Lepper, M.:** «*Effects of externally imposed deadlines on subsequent intrinsic motivation*», Journal of Personality and Social Psychology, Volume 34, pages 92-98, 1976.
- **Argyris, C.; Schön, D.A.:** «*Theory in Practice: Increasing Professional Effectiveness*», Jossey-Bass, San Francisco, CA, 1974.
- **Argyris, C.:** «*Overcoming Organizational Defences: Facilitating Organizational Learning*», Allyn & Bacon, Sydney, 1990.
- **Aristóteles de Estagira:** «*Ética a Nicómaco*», El Ateneo, 2001.
- **Armstrong, F.:** «*Freeing our singing voice*», 1997; in Hampton, M., Acker, B. (Eds); «*The Vocal Vision: Views on Voice by 24 Leading Teachers, Coaches and Directors*», Applause Books, New York, NY, pp.43-9.
- **Atkinson, Janette:** «*Gene expression to Neurobiology and Behavior: Human Brain development and developmental disorders*», ESF: European Science Foundation, August 2009.
- **Aun Weor, Samael:** «*Tratado de Psicología Revolucionaria*», «*Revolución de la Dialéctica*», «*La Gran Rebelión*», «*Didáctica del Auto-Conocimiento*», «*La Piedra Filosofal, o El Secreto de los Alquimistas*», «*El Matrimonio Perfecto*», «*Las Tres Montañas*», «*Si hay Infierno, Diablo y Karma*», «*El Misterio del Áureo Florecer*», <http://sawzone.org> (descarga libre en formato PDF, Julio 2009).
- **Australian Bureau of Statistics:** «*Characteristics of Small Business*», ABS Catalogue No. 8127.0, Australian Bureau of Statistics, Canberra, 2000.
- **Bachelard, Gaston:** «*The Poetics of Space*», Harvard Design Magazine, Number 6, pages 1-4, Fall 1998.
- **Bakalar, Nicholas:** «*Behavior: Better Performance After a Dreaming Nap*», The New York Times, 23 June 2009.
- **Barrera, Sara F.:** «*Los hábitos y el crecimiento, una perspectiva Peirceana*», Revista Razón y Palabra, Nro. 21, en <http://www.razonypalabra.org.mx/>
- **Barker, J.A.:** «*Paradigms: Understand the Future in Business and Life*», The Business Library, Melbourne, 1992.
- **Baron, Robert J.:** «*The Cerebral Computer: An Introduction To the Computational Structure of the Human Brain*», Lawrence Erlbaum, First edition, May 1987.
- **Bateson, G.:** «*Steps to an Ecology of Mind*», Ballantyne Books, New York, NY, 1972.
- **Bayes, K.:** «*Living Architecture*», Floris Books, Edinburgh, 1994.
- **Belsky, J.:** «*The determinants of parenting: a process model*», Child Development, Volume 55 Issue 1, pages 83-96, February 1984.
- **Belsky, Jay; Steinberg, Laurence; Draper, Patricia:** «*Further Reflections on an Evolutionary Theory of Socialization*», Child Development, Volume 62, pages 682-685, 1991.
- **Bennis, Warren; et al.:** «*Leading the Way to Success*», Insight Publishing, 2009.
- **Bernet, Michael:** «*Emotional Health, Emotional Intelligence, and Physical Health*», The 68th Annual Meeting of the Eastern Psychological Association (Session: "Emotional Health and Well-Being"), Washington, D.C., 11 April 1997.
- **Biderman, Albert D.; Zimmer, Herbert (editors):** «*The Manipulation of Human Behavior*», John Wiley & Sons, Inc., New York, 1961.
- **Blakeslee, Thomas R.:** «*The Attitude Factor: Extend Your Life by Changing the Way You Think*», Thorsons/Harper Collins, London, 1997.
- **Blumenfeld, P.C.; Marx, R.W.:** «*Motivation and cognition*», In H.J. Walberg and G.D. Haertel (Eds.): «*Psychology and educational practice*», pages 79-106, Berkeley, CA: McCutchan Publishers, 1997.
- **Boehme, Jacob:** «*The High and Deep Searching Out of The Threefold Life of Man, through or according to The Three Principles*», C.J. Baker Publisher, 31 March 1909/Electronic Text Edition 2009.
- **Bogard, William:** «*The Empire of the Living Dead: Control Societies and the Production of Hybrid Bodies*», American Sociological Association, 2004.
- **Bohm, D.:** «*Wholeness and the Implicate Order*», Routledge, Cornwall, 1980.
- **Bornstein, M.; Tamis-LeMonda, T.:** «*Maternal responsiveness and infant mental abilities: Specific predictive relations*», Infant Behavior and Development, Volume 20, pages 283-296, 1997.
- **Bostrom, Nick; Sandberg, Anders:** «*Cognitive Enhancement: Methods, Ethics, Regulatory Challenges*», Science and Engineering Ethics, Springer Netherlands, Volume 15, Number 3, pages September 2009.
- **Bower, Joseph L.; Gilbert, Clark G.:** «*How Managers' Everyday Decisions Create or Destroy Your Company's Strategy*», Harvard Business Review, pages 72-79, February 2007.
- **Bowers, C. A.:** «*Education, Cultural Myths, and the Ecological Crisis Toward Deep Changes*», Albany, NY: State University of New York Press, 1993.
- **Bowlby, John:** «*Attachment Theory Across Generations*», Giant series, 2007.
- **Brisinda, Dale:** «*Face Detection from Constituent Features and Energy Minimizing Spring-Based Facial templates*», Calgary University, Alberta (Canada), 1998.
- **Brockman, J.:** «*Truth, Beauty, and Goodness: An Education for All Human Beings – A Talk with Howard Gardner*», available at [www.edge.org/3rd\\_culture/gardner/gardner\\_p1.html](http://www.edge.org/3rd_culture/gardner/gardner_p1.html) (accessed 15 August 2002), 2001.
- **Brown, K. W.; Ryan, R. M.:** «*The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being*», Journal of Personality and Social Psychology Volume 84, pages 822-848, 2003.
- **Cacioppo, John T.; Visser, Penny S.; Pickett, Cynthia L. (editors):** «*Social Neuroscience: People Thinking about Thinking People*», The MIT Press, December 2005.
- **Calder, Nigel:** «*Magic Universe-A Grand Tour Of Modern Science*», Oxford University Press, 2003.

- Calero, Henry H.: «*The Power of Nonverbal Communication How You Act Is More Important Than What You Say*», First edition, Silver Lake Publishing, 2005.
- Campbell, I.G.; Feinberg, I.: «*Homeostatic sleep response to naps is similar in normal elderly and young adults*», *Neurobiology of Aging*, Volume 26, Number 1, pages 135-44, January 2005.
- Capra, Fritjof: «*The Turning Point: Science, Society, and the Rising Culture*», Bantam, August 1984.
- Capra, Fritjof: «*The Tao of Physics*», Shambhala Publications, Berkeley, California (USA), Revised edition, August 1991.
- Capra, Fritjof: «*The Web of Life: A New Scientific Understanding of Living Systems*», Anchor, September 1997.
- Capra, Fritjof: «*The Hidden Connections: A Science for Sustainable Living*», Anchor, January 2004.
- Capra, Fritjof: «*The Science of Leonardo: Inside the Mind of the Great Genius of the Renaissance*», Anchor, Reprint edition, December 2008.
- Cascio, Jamais: «*Boosting your Brain for Fun and Profit*», Open The Future/IEET: Institute for Ethics & Emerging Technologies, January 2009.
- Casebeer, William D.: «*Moral cognition and its neural constituents*», *Nature Reviews Neuroscience*, Volume 4, pages 840-847, 30 September 2003.
- Cassidy, Jude; Shaver, Phillip R.: «*Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*», Second edition, The Guilford Press, August 2008.
- Cauller, L.J.; Boulos, Z.; Goddard, G.V.: «*Circadian rhythms in hippocampal responsiveness to perforant path stimulation and their relation to behavioral state*», *Brain Research*, Volume 329, pages 117-130, 1985.
- Cauller L.J.: «*The NeuroInteractive Paradigm: Dynamical mechanics and the emergence of higher cortical function*», In: «*Computational Models for Neuroscience: Human Cortical Information Processing*», Robert Hecht-Nielsen and Tom McKenna (eds.), Springer-Verlag, 2002.
- Chaturvedi, R.P.: «*How to Add New Dimensions to Your Personality*», Upkar Prakashan Publishers, New Delhi, India, 2002, [www.upkarprakashan.com](http://www.upkarprakashan.com).
- Chawla, N.; Neighbors, C.; Logan, D.; Lewis, M.A.; Fossos, N.: «*Perceived Approval of Friends and Parents as Mediators of the Relationship Between Self-Determination and Drinking*», *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, Volume 70 Issue 1, pages 92-100, 2009.
- Chirkov, V. I.; Vansteenkiste, M.; Tao, R.; Lynch, M. F.: «*The role of self-determined motivation and goals for the study abroad in the adaptation of international students*», *International Journal of Intercultural Relations*, Volume 31, pages 199-222, 2007.
- Choy, William K. W.; Lee, Adeline B. E.; Ramburuth, Prem: «*Does socialization in schools matter? Differences in value priorities between managers, professionals and executives in a Singaporean firm*», *Asia Pacific Education Review*, Vol. 8, No. 1, 129-141, 2007.
- Chua, Sook Ning; Koestner, Richard: «*A Self-Determination Theory Perspective on the Role of Autonomy in Solitary Behavior*», *The Journal of Social Psychology*, Volume 148 Issue 5, pages 645-7, 2008.
- Churchland, O.S.; Sejnowski, T.J.: «*The Computational Brain*», The MIT Press, 1992.
- Clark, Andy: «*Mindware: An Introduction to the Philosophy of Cognitive Science*», Oxford University Press, New York (USA), 2001.
- Cohen, Stanley: «*Visions of Social Control: Crime, Punishment, and Classification*», Cambridge: Polity Press, 1985.
- Cohen, J.; Stewart, I.: «*The Collapse of Chaos: Discovering Simplicity in a Complex World*», Penguin, Ringwood, 1995.
- Cohen, Sheldon; Tyrrell, David; Smith, Andrew P.: «*Psychological Stress and Susceptibility to the Common Cold*», *The New England Journal of Medicine*, Volume 325 Issue 9, pages 606-611, 1991.
- Combs, A.: «*The Radiance of Being: Complexity, Chaos and the Evolution of Consciousness*», Floris Books, Edinburgh, 1995.
- Da Costa, António Firmino; Lopes, João Teixeira: «*How do higher education students deal with social and academic inequalities? A multi-level sociological analysis*», 2nd International RESUP Conference, "Inequalities in Higher Education and Research", University of Lausanne (UNIL), 18th-20th June 2009.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Play and Intrinsic Rewards*», *Journal of Humanistic Psychology*, Volume 15, pages, 41-63, 1975.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Flow: The Psychology of Optimal Experience*», Perennial, 1990.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*», 1997.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Finding Flow: The Psychology of Engagement With Everyday Life*», 1998.
- Csikszentmihalyi, Mihaly: «*Good Business: Leadership, flow and the making of meaning*», 2003.
- Dalai Lama: «*Mente y Consciencia*», Octubre 1989, [www.mindandlife.org](http://www.mindandlife.org)
- Davies, P.C.W.; Davis, T.M.; Lineweaver, C.H.: «*Black holes constrain varying constants*», *Nature*, Vol. 418 No.6898, pp.602-603, 2000.
- Dawes, Graham: «*Getting the brain into gear: Reuven Feuerstein and structural cognitive modifiability*», *Development and Learning in Organizations*, Volume 20 Number 3, pages 18-20, 2006.
- DeCharms, Richard: «*Personal causation: The internal affective determinants of behavior*», Academic Press (New York), 1968.
- Deci, E.; Ryan, R.: «*Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*», New York: Plenum, 1985.
- Deci, E.; Ryan, R.: «*The general causality orientation scale: Self determination in personality*», *Journal of Research in Personality*, Volume 19, pages 109 – 134, 1985.
- Deci, E.; Ryan, R.: «*A motivational approach to self: Integration in personality*», In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*, Vol. 38: «*Perspectives on motivation*» (pp. 237–288). Lincoln: University of Nebraska Press, 1991.
- Deci, E. L.; Ryan, R. M.: «*Human autonomy: The basis for true self-esteem*», In M. Kernis (Ed.): «*Efficacy, agency, and self-esteem*» (pp. 3149), New York: Plenum, 1995.
- Deci, Edward L.; Ryan, Richard M.: «*The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*», *Department of Psychology, University of Rochester, Psychological Inquiry* Vol. 11, No. 4, pages 227–268, 2000.
- Deci, E.; Ryan, R. (Eds.): «*Handbook of self-determination research*», Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002.
- Deci, E.; Ryan, R.: «*Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains*», *Canadian Psychology*, Volume 49, pages 14–23, 2008.
- Deleuze, Gilles: «*Society of Control*», *L'autre journal*, Nr. 1, Mai 1990.
- Dickinson, Dee (editor): «*Reuven Feuerstein: Creating the Future, Perspectives on Educational Change*», New Horizons for Learning, 1991, <http://www.newhorizons.org> (Julio 2009).
- Dispenza, Joe: «*Evolve Your Brain: The Science of Changing Your Mind*», Health Communications, Inc., 2207.
- Drucker, Peter F.: «*Effective Decision*», *Harvard Business Review*, 1967.
- Drucker, Peter F.: «*On the Profession of Management*», Harvard Business Press, 2003.



- **Drummond, Aaron; Tlauka, Michael:** «Adoption if an internal viewpoint Following presentations of plan-view diagrams and maps», British Psychological Society, 20 May 2009.
- **Duckers, J.:** «Small operators holding their own: one-person firms the main growth area», Birmingham Post, available at: <http://library.northernlight.com> (accessed 23 November), 1998.
- **Dvorak, P.; Badal, J.:** «This Is Your Brain on the Job», Wall Street Journal, September 20, 2007.
- **Eisenberg, Nancy; Cumberland, Amanda; Spinrad, Tracy L.:** «Parental Socialization of Emotion», Psychological Inquiry Volume 9 Issue 4, pages 241–273, 1998.
- **Ekman, Paul; Rosenberg, Erika L. (editors):** «What the Face reveals: Basic and Applied Studies of Spontaneous Expression using the Facial Action Coding System (FACS)», Oxford University Press, 1997.
- **Ekman, Paul; Friesen, Wallace V.; Hager, Joseph C.:** «Facial Action Coding System: The Manual», Human Face, USA, 2002.
- **Ekman, Paul:** «¿Qué dice ese gesto?: Descubre las emociones ocultas tras las expresiones faciales», RBA Libros, Barcelona, 2004.
- **Euser, Martin:** «Science and spirituality in the new millennium: A research into integrative philosophy», Free ebook, first edition, 2006.
- **Farah, Martha J.; Illes, Judy; Cook-Deegan, Robert; Gardner, Howard; Kandel, Eric; King, Patricia; Parens, Eric; Sahakian, Barbara; Wolpe, Paul Root:** «Neurocognitive Enhancement: what can we do and what should we do?», Nature Reviews Neuroscience, Volume 5, pages 421–425, 30 April 2004.
- **Feldman, Daniel Charles:** «The Role of Initiation Activities in Socialization», Human Relations, Vol. 30, No. 11, pages 977–990, 1977.
- **Fernet, C.; Guay, F.; Senecal, C.:** «Adjusting to job demands: The role of work self-determination and job control in predicting burnout», Journal of Vocational Behavior, Volume 65, pages 39–56, 2004.
- **Ferran-Ferrer, Núria; Pérez-Montoro, Mario:** «Gestión de la información personal en usuarios avanzados en TIC», El Profesional de la Información Volume 18, Number 4 / July - August 2009, Pages: 365 – 373.
- **Feuerstein, Reuven:** «Instrumental enrichment, an intervention program for the cognitive modifiability», University Park Press, Baltimore (USA), 1980.
- **Feuerstein, Reuven:** «Theory of Structural Cognitive Modifiability: Mediated Learning, Instrumental Enrichment, Learning Potential Assessment Device, Making of the Individual: Learning How to Learn», New Horizons for Learning, 1997, <http://www.newhorizons.org> (Julio 2009).
- **Feuerstein, R.; et al.:** «The Dynamic Assessment of Cognitive Modifiability: the learning propensity assessment device: theory, instruments and techniques», Jerusalem: The ICELP Press (International Center for the Enhancement of Learning Potential), 2002.
- **Feuerstein, Reuven:** «The Development of the Potential of Learning», Revista Electrónica de Investigación Educativa, Volumen 4, No.2, páginas 132–147, 2002.
- **Feuerstein, R.; et al.:** «Creating and Enhancing Cognitive Modifiability: Feuerstein's Instrumental Enrichment Program», Jerusalem: The ICELP Press (International Center for the Enhancement of Learning Potential), 2004.
- **Feuerstein, Reuven:** «The Importance of Promoting Thinking Skills for the 21st Century», ICELP: International Centre for Enrichment Learning Potential (video-conference), July 27 – August 7, 2009.
- **Feyerabend, P.:** «Farewell to Reason», Verso Books, London, 1987.
- **Foreman, Louis J.; Welytok, Jill Gilbert:** «The Independent Inventor's Handbook: The Best Advice from Idea to Payoff», Workman Publishing, August 2009.
- **Fortier, M. S.; Sweet, S. N.; O'Sullivan, T. L.; Williams, G. C.:** «A self-determination process model of physical activity adoption in the context of a randomized controlled trial», Psychology of Sport and Exercise, 8, pages 741–757, 2007.
- **Frankl, Viktor E.:** «Man's Search for Meaning», Beacon Press, First edition, June 2006.
- **Gallagher, S.:** «Hermeneutics and Education», State University of New York Press, Albany, NY, 1992.
- **Gavetti, Giovanni; Rivkin, Jan W.:** «How the Strategists Really Think: Tapping the Power of Analogy», Harvard Business Review, page 53–63, April 2005.
- **Gazzaniga, Michael S. (editor):** «The New Cognitive NeuroSciences», Second edition, MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 2000.
- **George, Bill; Sims, Peter; McLean, Andrew N.; Mayer, Diana:** «Discovering Your Authentic Leadership», Harvard Business Review, pages 129–138, February 2007.
- **Glazer, Steven:** «The Heart of Learning, Spirituality in Education – New Consciousness Reader», Penguin Group, March 1999.
- **Goble, Norman:** «The Function of Teaching», UNESCO, Paris, 1977.
- **Goleman, Daniel:** «The Mind over the Body», The New York Times/Reports on The Behavioral Sciences, September 27, 1987.
- **Golovachev, A.V.:** «Use of biorhythm theory in preventive work on industrial safety», Metallurgist, Volume 24, Number 3, pages 120–121, March 1980.
- **Gondoli, Dawn M.; Braungart-Rieker, Julia M.:** «Constructs and Processes in Parental Socialization of Emotion», Psychological Inquiry, Vol. 9, 1998.
- **Gray, Jeremy R.; Thompson, Paul M.:** «Neurobiology of Intelligence: Science and Ethics», Nature Reviews Neuroscience, Volume 5, pages 471–482, 31 May 2004.
- **Greene, Joshua:** «From neural 'is' to moral 'ought': what are the moral implications of neuroscientific moral psychology?», Nature Review Neuroscience, Volume 4, pages 846–850, 30 September 2003.
- **Greene, O. N.; Durr, F.L.:** «The Practical Inventor's Handbook», Medical Physics, Volume 8, Issue 2, March 1981.
- **Green, Connie R.:** «Change Your Habits and Behavior In The Next 21 Days», <http://ezinearticles.com> (January 2010).
- **Grier, Michelle:** «Kant's Doctrine of Transcendental Illusion/Transcendental Dialectic», Cambridge University Press, 2004.
- **Grusec, Joan E.; Hastings, Paul David:** «Handbook of socialization: Theory and Research», The Guilford Press, First edition, November 2006.
- **Guillory, W.:** «The Living Organization—Spirituality In The Workplace», Salt Lake City, UT, Innovations Publishing, 2000.
- **Guillory, W.:** «The Science of Consciousness - The Next Scientific Paradigm», Salt Lake City, UT, Innovations Publishing, December 200.
- **Halifax, J.:** «Learning as initiation: not-knowing, bearing witness, and healing», in Glazer, S. (Eds), «The Heart of Learning», Tarcher/Putnam, New York, NY, pp.173–181, 1999.
- **Halpern, Diane F.:** «Thought & Knowledge: An Introduction to Critical Thinking», New Jersey (USA), Four edition, Lawrence Erlbaum Associates, Publishers, 2003.
- **Harlow, R. E.; Cantor, N.:** «Social pursuit of academics: Side effects and spillover of strategic reassurance seeking», Journal of Personality and Social Psychology, Volume 66, pages 386–397, 1994.
- **Harré, Rom:** «Cognitive Science: A Philosophical Introduction», First edition, Sage Publications, 2002.

- Hay, Dale F.: «The roots and branches of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 473-479, August 2009.
- Hebb, Donald: «Organization of behavior», Lawrence Erlbaum, New edition, June 2002.
- Heidegger, M.: «Being and Time», State University of New York Press, Albany, NY, 1996.
- Heisenberg, Werner: «Physics and Philosophy: The Revolution in Modern Science», Harper Perennial Modern Classics, May 2007.
- Hogarty, Gerard E.; Greenwald, Deborah P.: «Cognitive Enhancement Therapy: The Training Manual», CET Training, Sharpsburg, PA (USA), 2006.
- Houdé, Olivier; Tzourio-Mazoyer, Nathalie: «Neural foundations of logical and mathematical cognition», Nature Reviews Neuroscience, Volume 4, pages 507-514, 31 May 2003.
- Houser-Marko, L.; Sheldon, K. M.: «Eyes on the prize or nose to the grindstone? the effects of level of goal evaluation on mood and motivation», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 34, pages 1556-1569, 2008.
- ICELP: «The International Center for the Enhancement of Learning Potential», <http://www.icepo.org> (Julio 2009).
- Ishikura, Yoko: «Act Globally, Think Locally», Harvard Business Review, page 46, February 2007.
- Ispas, Alexa: «Psyched out by numbers: Altruism and the dangers of methodolatry», University of Edinburgh, August 2007.
- Izhikevich, Eugene M.: «Dynamical Systems in Neuroscience: The Geometry of Excitability and Bursting (Computational Neuroscience) », The MIT Press; 1 edition, November 2006.
- Jameson, Fredric: «Postmodernism, or The Cultural Logic of Late Capitalism», Durham, N.C.: Duke University Press, 1991.
- Jang, Hyungshim M.: «Supporting Students' Motivation, Engagement, and Learning During an Uninteresting Activity», Journal of Educational Psychology, Volume 100 Issue 4, page 798, 2008.
- Jensen, Eric: «Teaching with the Brain in Mind», Second edition, ASCD: Association for Supervision and Curriculum Development, Alexandria, Virginia (USA), 2005.
- Jirsa, Viktor K.; McIntosh, A.R. (Eds.): «Handbook of Brain Connectivity», Springer, 2007.
- Karni, A.; Meyer, G.; Rey-Hipolito, C.; Jezzard, P.; Adams, M. M.; Turner, R., et al.: «The acquisition of skilled motor performance: Fast and slow experience-driven changes in primary motor cortex», Proceedings of the National Academy of Sciences, U.S.A., Volume 95, pages 861-868, 1998.
- Kant, Immanuel: «Critique of Pure Reason», Unified Edition (with all variants from the 1781 and 1787 editions), Hackett Publishing Company, 1996.
- Karni, Avi; Korman, Maria: «Naps Help Your Memory», University of Haifa/Center for Brain and Behavior Research, 8 January 2008.
- Kasparov, Garry: «Strategic Intensity », Harvard Business Review, page 49-53, April 2005.
- Kaufhold, John A.; Johnson, Lori R.: «The Analysis of the Emotional Intelligence Skills and Potential Problem Areas of Elementary Educators», Education, Volume 125, 2005.
- Keck, L.R.: «The four values that will define the future of Christianity», The Center for Progressive Christianity, available at: [www.tpc.org/resources/articles/four\\_values.htm](http://www.tpc.org/resources/articles/four_values.htm) (accessed 12 October 2002), 2000.
- Keller, Jeff: «Attitude is Everything, Change Your Attitude and You Change Your Life», As A Man Thinketh, 2001.
- Kenyon S., Chan: «Locus of control and achievement motivation-critical factors in educational psychology», Psychology in the School, Volume 15 Issue 1, pages 104-110, February 2006.
- Kittelson, M.L.: «Sounding the Soul: The Art of Listening», Daimon, Einsiedeln, 1996.
- Kleinfeld, Klaus: «Seeing Is Treating», Harvard Business Review, page 47, February 2007.
- Koerber, Amy: «Postmodernism, resistance, and cyberspace: making rhetorical spaces for feminist mothers on the web», Women's Studies in Communication, September, 2001.
- Krügelbach, Morten L.: «The human orbitofrontal cortex: linking reward to hedonic experience», Nature Reviews Neuroscience, Volume 6, pages 691-702, 31 August 2005.
- Krishnamurti, J.: «The Awakening of Intelligence», New York, NY, Avon Books.
- Kristen J. Bardou; et al.: «Self-Efficacy and Student Leaders: The Effects of Gender, Previous Leadership Experiences, and Institutional Environment», Indiana University, 2003.
- Kuhn, T.S.: «The Structure of Scientific Revolutions», University of Chicago Press, Chicago, IL, 1996.
- Kyllonen, Patrick C.; Roberts, Richard D.; Stankov, Lazar (editors): «Extending intelligence: Enhancement and New Constructs», Routledge, October 2007.
- Lahire, Bernard: «Lo que el trabajo esconde Materiales para un replanteamiento de los análisis sobre el trabajo», Editora: Traficante de Sueños/Bifurcaciones, Madrid (España), Febrero de 2005.
- Larrosa, Juan M.: «Contactos, especialización y litigios Una revisión del papel del capital humano y social en la profesión legal», REDES- Revista hispana para el análisis de redes sociales, Volumen 6,#2, Jun./Jul. 2004, <http://revista-redes.rediris.es> (Agosto 2009).
- Laszlo, Ervin: «The Systems View of the World: A Holistic Vision for Our Time (Advances in Systems Theory, Complexity, and the Human Sciences)», Hampton Press (NJ), Second edition, June 1996.
- Laszlo, Ervin: «Science and the Akashic Field: An Integral Theory of Everything», Inner Traditions, Second edition, May 2007.
- Leadbeater, C.W.: «The Chakras», Biblioteca Virtual Upasika, 2009, <http://www.upasika.tk>.
- Ledoux, Joseph: «The Emotional Brain: The Mysterious Underpinnings of Emotional Life», Simon & Schuster, March 1998.
- Ledoux, Joseph: «Synaptic Self: How Our Brains Become Who We Are», Penguin (Non-Classics), January 2003.
- Lee, Daeyeol: «Game Theory and neural basis of social decision making», Nature Neuroscience, Volume 11, pages 404-409, 25 March 2008.
- Lefebvre, Henri: «The Production of Space», Oxford: Blackwell, 1991/1974.
- Lefebvre, Henri: «The Urban Revolution», University of Minnesota Press, Minnesota (USA), 1970/2003.
- Leff, H.L.; Nevin, A.: «Turning Learning inside out: A Guide for Using Any Subject to Enrich Life and Creativity», Hawker Brownlow Education, Cheltenham, 1997.
- Lepper, M.; Greene, D.: «Turning play into work: Effects of adult surveillance and extrinsic rewards on children's intrinsic motivation», Journal of Personality and Social Psychology Volume 31, pages 479-486, 1975.
- Leve, Leslie D.; Fagot, Beverly I.: «Gender-role socialization and discipline processes in one- and two-parent families», Sex Roles, Volume 36, Numbers 1-2, pages 1-21, January 1997.

- **Lieberman**, Matthew D.: «*Intuition: A Social Cognitive Neuroscience Approach*», Psychological Bulletin, Volume 126, Number 1, pages 109-137, 2000.
- **Locke**, Steven et al.: «*Los poderes curativos de la Mente*», Selecciones Reader's Digest, Tomo XCVIII, Núm. 589, Diciembre 1989, páginas 37-41.
- **Maccoby**, E.E.: «*Socialization and developmental change*», Child Development, Volume 55, pages 317-328, 1984.
- **Maehr**, Martin L.; **Sjogren**, D. Douglas: «*Atkinson's Theory of Achievement Motivation: First Step toward a Theory of Academic Motivation?*», American Educational Research Association, 1971.
- **Mandel**, Peter: «*Diagnóstico energético de puntos terminales*», Editorial Synthesis-Verlag, Essen, 1984.
- **Marr**, Arthur J.: «*In the Zone: A Biobehavioral Theory of the Flow Experience*», Benecom Technologies, Inc., New Orleans, Louisiana (USA), 2001.
- **Martínez-Agudo**, J.: «*Reflexiones psicolingüísticas sobre la naturaleza y dinámica del fenómeno de la interferencia durante los procesos de aprendizaje y adquisición de una lengua extranjera: 1.2.1 Conceptos fundamentales de la teoría del Aprendizaje*», Universidad de Extremadura, Badajoz (España), 1999 (Tesis doctoral).
- **Maslow**, Abraham H.: «*Motivation and Personality*», HarperCollins Publishers; 3rd Sub edition, January 1987.
- **Maslow**, Abraham H.: «*The Farther Reaches of Human Nature*», Penguin (Non-Classics), October 1993.
- **Maslow**, Abraham H.: «*Religions, Values, and Peak Experiences*», Penguin (Non-Classics), April 1994.
- **Maslow**, Abraham H.: «*Maslow on Management*», Wiley, First edition, September 1998.
- **Maslow**, Abraham H.: «*Toward a Psychology of Being*», 3rd Edition, Wiley, November 1998.
- **McManus**, Amy; **Feinstein**, Andrew Hale : «*Internships and Occupational Socialization: What are Students Learning?*», Developments in Business Simulation and Experiential Learning, Volume 35, pages 128-137, 2008.
- **Mednick**, Sara C.; **Ehrman**, Mark: «*Take a Nap! Change your life: The Scientific Plan to Make You Smarter, Healthier, More Productive*», Workman Publishing Company, Inc., 2006.
- **Mednick**, Sara C.; **Cai**, Denise J.; **Kanady**, Jennifer; **Drummond**, Sean P.A.: «*Comparing the benefits of caffeine, naps and placebo on verbal, motor and perceptual memory*», Behavioural Brain Research, Volume 193, Issue 1, pages 79-86, 3 November 2008.
- **MEN/ICFES**: «*Fundamentación pedagógica de la orientación curricular para las Ciencias Sociales en la Educación Básica y Media*», Revolución Educativa/Colombia Aprende, Ministerio de Educación Nacional (MEN), Instituto para la Educación Superior (ICFES), <http://menweb.mineducacion.gov.co>.
- **Merry**, U.: «*Coping with Uncertainty: Insights from the New Sciences of Chaos, Self-Organization, and Complexity*», Praeger, Westport, CT, 1995.
- **Meyers**, Renee A.: «*Cultural and parental communicative influences on the career success of white and black women. (Statistical Data Included)*», Women's Studies in Communication, September, 2001.
- **Mildner**, Vesna: «*The Cognitive Neuroscience of Human Communication*», Psychology Press, October 2007.
- **Miller**, G.A.: «*The magical number seven, plus or minus two: Some limits on our capacity for processing information*», Psychological Review, Volume 63, pages 81-97, 1956.
- **Miller**, R.: «*Holistic education for an emerging culture*», in **Glazer**, S.: (Eds), «*The Heart of Learning*», Tarcher/Putnam, New York, NY, pp.189-201, 1999.
- **Miller**, Ron: «*A brief introduction to holistic education*», Encyclopedia of informal education, <http://www.infed.org>, First published March 2000, Last update: 18 June 2009 (visitada 12 Agosto 2009).
- **Mitroff**, I.I.; **Linstone**, H.A.: «*The Unbounded Mind: Breaking the Chains of Traditional Business Thinking*», Oxford University Press, New York, NY, 1993.
- **Moll**, Jorge; **Zahn**, Roland; **de Oliveira-Souza**, Ricardo; **Krueger**, Frank; **Grafman**, Jordan: «*The Neural Basis of Human Moral Cognition*», Nature Reviews Neuroscience, Volume 6, pages 799-809, 30 September 2005.
- **Moll**, Jorge; **Grafman**, Jordan: «*Neural bases of altruism giving in normal healthy volunteers*», Proceedings of the National Academy of Sciences, October 2006.
- **Moller**, A.; **Deci**, E.; **Ryan**, R.: «*Choice and ego-depletion: The moderating role of autonomy*», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 32, pages 1024-1036, 2006.
- **Montessori**, Maria: «*To Educate the Human Potential*», ABC-CLIO Ltd (The Clio Montessori series), May 1989.
- **Morales-Ramírez**, Natalia: «*Estrategias discursivas de control social en la planeación del espacio público del centro de Medellín: eje Carabobo 2004-2007*», Universidad Nacional de Colombia-Sede Medellín, Facultad de Arquitectura, Postgrado de Planeación Urbana, (Tesis) Junio 2009.
- **Morgan**, G.: «*Imaginization: The Art of Creative Management*», Sage Publications, London, 1993.
- **Morin**, Alain: «*A Neuro-socio-cognitive model of self-awareness with an emphasis on inner speech*», Cogprints, 12 September 2007.
- **Mueller**, Neal: «*Leadership Lessons from the Mountain*», <http://www.nealmueller.com> (Julio 2009).
- **Muraven**, M.; **Gagné**, M.; **Rosman**, H.: «*Helpful self-control: Autonomy support, vitality, and depletion*», Journal of Experimental Social Psychology, Volume 44, pages 573-585, 2008.
- **Nelson**, Charles Alexander; **Luciana**, Monica (editors): «*Handbook of developmental cognitive Neuroscience*», MIT Press, April 2001.
- **Nichols**, M. James; **Newsome**, William T.: «*The Neurobiology of Cognition*», Nature, Volume 4, pages 35-38, May 2003.
- **Niemiec**, C. P.; **Lynch**, M. F.; **Vansteenkiste**, M.; **Bernstein**, J.; **Deci**, E. L.; **Ryan**, R. M.: «*The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization*», Journal of Adolescence Volume 29, pages 761-775, October 2006.
- **NIMH**: «*Caffeine No Substitute for a Nap to Enhance Memory: Equivalent of 2-3 Cups of Coffee Worsens Motor Learning and Word Recall*», National Institute of Mental Health, December 2008.
- **Oberbach**, Josef: «*El gran libro de la práctica con el biotensor*», Editorial Verlag Deutsche Bioplasma Forschung, Munich (Alemania), 1983.
- **Oreon & Arianni**: «*Awaken To Oneness: Spiritual 'Incension' Techniques*», Entelechea Press (USA), 2002.
- **Owen**, H.: «*The Millennium Organization*», Abbott Publishing, Potomac, MD, 1994.
- **Pennebaker**, James W.; **Susman**, Joan R.: «*Disclosure of traumas and psychosomatic processes*», Social and Science Medicine, Volume 26 Issue 3, 1988, pages 327-332.
- **Pérez**, María Guanipa; **Martín-Fiorino**, Víctor R.; **Rietveldt**, Francis: «*Formación de un docente proactivo en el contexto de la globalización*», Octubre 2007, <http://www.gestiopolis.com>.
- **Phillips**, Tim; **Reader**, Tom: «*Being Altruistic May Make You Attractive*», University of Nottingham, 15 October 2008.
- **Pinker**, Steven: «*How the Mind Works*», MIT Press, 1997.



- **Pintrich, P. R.; De Groot, E. V.:** «*Motivational and self-regulate learning components of classroom academic performance*», Journal of Educational Psychology, Volume 82, pages 33-40, 1990.
- **Pintrich, P. R.; Schunk, D.H.:** «*Motivation in education: Theory, research, and Applications*», Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1995.
- **PNAS:** «*Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation*», Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America (PNAS), Volume 103, Number 42, pages 15623-15628, October 2006.
- **Posner, Michael I.; Rothbart, Mary K.:** «*Educating Human Brain*», American Psychological Association, Washington, D.C. (USA), 2008.
- **Powelson, Cynthia L.; Ryan, Richard M.:** «*Autonomy and Relatedness as Fundamental to Motivation and Education*», Journal of Experimental Education, Vol. 60, 1991.
- **Pritchard, R.; Campbell, K.; Campbell, D.:** «*Effects of extrinsic financial rewards on intrinsic motivation*», Journal of Applied Psychology, Volume 62, pages 9–15, 1977.
- **Pujol-Segarra, Joan:** «*Perspectivas de Intervención en Riesgos Psicosociales*», Foment Del Treball Nacional, Barcelona (España), 2004.
- **Radin, D.:** «*The Conscious Universe*», New York, NY, HarperCollins Publishers, 1997.
- **Rasskin-Gutman, Diego:** «*Chess Metaphors: Artificial Intelligence and the Human Mind*», MIT Press, 2009.
- **Reading, Nigel:** «*Simetrías Dinámicas: Autopoiesis*», 2007.
- **Rich, Simona:** «*11 Universal Laws*», <http://www.Personal-Development-Coach.net>, 2009.
- **Robertson, Lynn C.; Sagiv, Noam (editors):** «*Synesthesia: Perspectives from Cognitive Neuroscience*», Oxford University Press, 2005.
- **Robey, Dan:** «*The Power of Positive Habits*», Abritt Publishing Group, Inc., 2009.
- **Rock, David:** «*The Business Brain In Close-Up: Can Neuroscience offer insights into the 'soft' art of Leadership?*», BusinessWeek, July 23, 2007.
- **Romm-Livermore, Celia; Setzekorn, Kristina:** «*Social Networking Communities and E-Dating Services: Concepts and Implications*», Information Science Reference/IGI Global, Hershey, New York (USA), 2009.
- **Rogers, Carl:** «*A Way of Being*», Mariner Books, First edition, 1980.
- **Rogers, Carl; Kramer, Peter D.:** «*On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*», Mariner Books, First edition, September 1995.
- **Roth, G.; Assor, A.; Kanat-Maymon, Y.; Kaplan, H.:** «*Autonomous motivation for teaching: How self-determined teaching may lead to self-determined learning*», Journal of Educational Psychology, 99, 761–774, 2007.
- **Ryan, R.; Connell, J.:** «*Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains*», Journal of Personality and Social Psychology, 57, pages 749–761, 1989.
- **Ryan, R.:** «*Psychological needs and the facilitation of integrative processes*», Journal of Personality, Volume 63, pages 397–427, 1995.
- **Ryan, Richard M.; Deci, Edward L.:** «*Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being*», University of Rochester, American Psychologist, Vol. 55, No. 1, pages 68-78, January 2000.
- **Ryan, R. M.; Deci, E. L.:** «*Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions*», *Contemporary Educational Psychology*, 25, pages 54-67, 2000.
- **Ryan, R.; Deci, E.:** «*From ego-depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self*», *Social and Personality Psychology Compass*, Volume 2, pages 702–717, 2008.
- **Sabourin, Lise:** «*Le grand homme selon Alfred de Vigny: de la célébrité au rayonnement de la pensée*», *Travaux de Litterature*, Nro. 18, 2005, pages 297-308.
- **Salovey, P.; Mayer, J. D.:** «*Emotional intelligence*», *Imagination, Cognition & Personality*, Volume 9, Number 3, pages 185-211, 1990.
- **Sato, Rebecca:** «*The Science of Siesta: Research finds that Napping improves Brain Functioning*», The Daily Galaxia/Great Discoveries Channel, 8 January 2008.
- **Schwartz, Theodore (editor):** «*Socialization as Cultural Communication: Development of a Theme in the Work of Margaret Mead*», Berkeley: University of California Press, [1980?] c1976 1980.
- **Scott, C.:** «*Social Education*», Cinn and Co., Boston, MA, 1908.
- **Sedig, Kamram:** «*Toward operationalization of 'flow' in mathematics learnware*», *Computers in Human Behavior*, Volume 23, Issue 4, pages 2064-2092, July 2007.
- **Sedikides, Constantine; Gregg, Aiden P.:** «*The Self as a Point of Contact between Social Psychology and Motivation*», University of Southampton (UK), 2006.
- **Segal, Judith W.; Chipman, Susan F.; Glaser, Robert:** «*Thinking and Learning Skills: Relating Instruction to Research*», Vol. 1, Lawrence Erlbaum Associates, 1985.
- **Seim, Harold C.; Johnson, O. Guy:** «*Clinical Preceptors: Tips for Effective Teaching With Minimal Downtime*», *Fam. Med.*, Volume 31, Number 8, pages 538-539, 1999.
- **Senge, P.:** «*New views in business: the learning organization*», in DiCarlo, R.E. (Eds), «*Towards a New World View: Conversations at the Leading Edge*», Floris Books, Edinburgh, pp.228-241, 1996.
- **Shardom, Shalila; Baginski, Bodo J.:** «*El Gran Libro de los Chakras: Conocimiento y técnicas para despertar la Energía Interior*», 2008.
- **Sheldon, K. M.; Kasser, T.:** «*Coherence and congruence: Two aspects of personality integration*», *Journal of Personality and Social Psychology*, Volume 68 Number 3, pages 531-543, 1995.
- **Shivhare, Neha; Sharma, Rama Rani:** «*Effect of Science of Consciousness on Emotional Intelligence*», Deemed University, Agra, India, 2007.
- **Shu-Ling Wang; Pei-Yi Wu:** «*The role of feedback and self-efficacy on web-based learning: The social cognitive perspective*», *Computers & Education*, Volume 51, Issue 4, pages 1589-1598, December 2008.
- **Soenens, B.; Vansteenkiste, M.; Lens, W.; Luyckx, K.; Beyers, W.; Goossens, L.; Ryan, R.:** «*Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promoting independence versus promoting volitional functioning*», *Developmental Psychology*, Volume 43, pages 633–646, 2007.
- **Sri Swami Sivananda:** «*Mind – Its Mysteries and Control*», The Divine Life Trust Society, 1998, <http://www.rsl.ukans.edu/~pkanagar/divine/>.
- **Stack, Roger:** «*Holistic and Integral Education for the 21st Century*», Holistic Education Network, Tasmania, Australia, <http://hent.blogspot.com/> (August 2009).

- **Stancey, Helen; Turner, Mark:** «Close women, distant men: Line bisection reveals sex-dimorphic patterns of visuomotor performance in near and far space», British Journal of Psychology (pre-print article), 28 July 2009.
- **Stancey, Helen:** «Men And Women See Things Differently», British Journal of Psychology, 30th July 2009.
- **Steiner, R.:** «From Buddha to Christ», Harper Collins, New York, NY, 1993.
- **Sternberg, Eliezer J.:** «Are You a Machine? The Brain, the Mind and What it Means to be Human», Amherst, NY: Prometheus Books, 2008.
- **Stewart, Thomas A.:** «Ideas with Impact», Harvard Business Review, page 14, February 2007.
- **Strauch, Barbara:** «How to Train the Aging Brain», The New York Times / Adult Learning – Neuroscience, December 29, 2009.
- **Strauch, Barbara:** «The Secret Life of the Grown-up Brain, The Surprising Talents of the Middle-Aged Mind», Penguin Group, 2010.
- **Talbot, Michael:** «The Holographic Universe», Harper Perennial, First edition, May 1992.
- **Thatchenkery, Tojo; Metzker, Carol:** «Appreciative Intelligence: Discover the Ability behind Creativity, Leadership, and Success», Barret-Koehler, 2006.
- **Theobald, R.:** «We DO Have Future Choices: Strategies for Fundamentally Changing the 21st Century», Southern Cross University Press, Lismore, 1999.
- **Tomasello, Michael; Warneken, Felix:** «The roots of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 455-471, August 2009.
- **Utman, Christopher H.:** «Performance Effects of Motivational State: A Meta-Analysis», Personality and Social Psychology Review, Vol. 1, No. 2, pages 170-182, 1997.
- **Urantia Foundation:** «El Libro de Urantia, Parte III – El Origen de Urantia», en <http://www.urantia.org>.
- **Van Campen, Cretien:** «The Hidden Sense: Synesthesia in Art and Science», The MIT Press, First edition, Nov 2007.
- **Vázquez, Ángel; Manassero, María-Antonia:** «Students' attitudes toward the environment», Infancia y Aprendizaje, Volume 28, Number 3, September 2005, pp. 309-327.
- **Vedantam, Shankar:** «If It Feels Good to Be Good, It Might Be Only Natural», Washington Post, page A01, Monday, 28 May 2007.
- **Vegas, Emiliana; Petrow, Jenny:** «Raising Student Learning in Latin America: The Challenge for the 21st Century», The World Bank, Washington, DC (USA), 2008.
- **Veling, T.A.:** «Living in the Margins: Intentional Communities and the Art of Interpretation», The Crossroad Publishing Company, New York, NY, 1996.
- **Vexler-Taliedo, Idel:** «Orientaciones para el Trabajo Pedagógico de Ciencias Sociales», Ministerio de Educación de España, Madrid (España), Segunda edición, 2006.
- **Vigilante, Vanessa Ann; Wahle, Robert G.:** «Covariations between mothers' responsiveness and their use of "do" and "don't" instructions: Implications for child behavior therapy», Behavior Therapy, Volume 36, Issue 3, Summer 2005, Pages 207-212.
- **Villar-Hoz, Esperanza:** «La construcción de capital social en las universidades: Un análisis motivacional de las estrategias de networking de los estudiantes», Ministerio de Educación, Venezuela, 2005.
- **Vogele, K.; Fink, G.R.:** «Neural correlates for first-person perspective», Trends in Cognitive Sciences, Volume 7, Issue 1, pages 38-42, 2003.
- **Von Bertalanffy, Ludwig:** «General System Theory: Foundations, Development, Applications», Publisher: George Braziller, Revised edition, March 1976.
- **Wall, John (editor):** «Mediations in Cultural Spaces: Structure, Sign, Body», Cambridge Scholars Publishing, 2008.
- **Ward, Jamie:** «The Frog Who Croaked Blue: Synesthesia and the mixing of the senses», Routledge, First edition, May 2008.
- **Ward, Jamie (editor):** «Cognitive Neuroscience: Major Works», Routledge, June 2009.
- **Warneken, Felix:** «Digging deeper: A response to commentaries on The roots of human altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 487-490, August 2009.
- **Watkins, Ryan:** «75 e-Learning Activities: Making Online Learning Interactive, Learning Styles and Study Habits», Pfeiffer, April 2005.
- **Weigmann, Katrin:** «Who we are», EMBO reports, Volume 6, pages 911-913, 30 September 2005.
- **Weate, Jeremy:** «The image of architecture», Universite de Liege, Belgium, 1999.
- **Wetzel, Kathryn C.; Harmeyer, Kathleen M.:** «Mind Games: The Aging Brain and How to Keep it Healthy», Thomson Learning, 2000.
- **Wheatley, Margaret J.:** «Leadership and the New Science: Discovering Order in a Chaotic World», Berrett-Koehler Publishers, 3rd edition, September 2006.
- **White, R.:** «Motivation reconsidered: The concept of Competence», Psychological Review, Volume 66, pages 297-333, 1959.
- **Wilkinson, Iain; Lennox, Graham:** «Essential Neurology», Fourth edition, Blackwell Publishing, 2005.
- **Wilson, Robert A.; Keil, Frank C. (editors):** «The MIT Encyclopedia of Cognitive Sciences», MIT Press, Cambridge, Massachusetts (USA), 1999.
- **Wright, Kenneth P.; Hull, Joseph T.; Hughes, Rod J.; Ronda, Joseph M.; Czeisler, Charles A.:** «Sleep and Wakefulness Out of Phase with Internal Biological Time Impairs Learning in Humans», Source Journal of Cognitive Neuroscience Volume 18, Issue 4, Pages 508-521, April 2006.
- **WSG:** «Natural Biorhythms», White Stranger Group, <http://www.whitestranger.com> (Agosto 2009).
- **Wynn, Karen:** «Constraints on natural altruism», British Journal of Psychology, Volume 100, Number 3, pages 481-485, August 2009.
- **Zayas, V.; Shoda, Y.; Ayduk, O. N.:** «Personality in context: An interpersonal systems perspective», Journal of Personality, Volume 70, pages 851-898, 2002.
- **Zayas, V.; Shoda, Y.:** «Do automatic reactions elicited by thoughts of romantic partner, mother, and self relate to adult romantic attachment?», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 31, pages 1011-1025, 2005.
- **Zayas, V.; Shoda, Y.:** «Predicting preferences for dating partners from past experiences of psychological abuse: Identifying the 'psychological ingredients' of situations», Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 33, pages 123-138, 2007.
- **Zimmerman, B. J.; Ringle, J.:** «Effects of model persistence and statements of confidence on children's self-efficacy and problem solving», Journal of Educational Psychology, 73, pages 485-493, 1981.
- **Zimmerman, B. J.:** «Self-regulating academic learning and achievement: The emergence of a social cognitive perspective», Educational Psychology Review, Volume 2, pages 173-201, 1990.
- **Zimmerman, B. J.:** «Self-efficacy and educational development», In A. Bandura (Ed.): «Self-efficacy in changing societies» (pp. 202-231). New York: Cambridge University Press, 1995.
- **Zukav, Gary:** «Dancing Wu Li Masters: An Overview of the New Physics», HarperOne, July 2001.
- **Zull, James E.:** «The Art of changing the Brain», Educational Leadership/Teaching for Meaning, Volume 62, Number 1, pages 68-72, September 2004.